

# Pelatihan Doa Keutuhan

©2016 Freedom for the Captives Ministries. Boleh dikopi untuk pemakaian pribadi. Tidak untuk diperdagangkan.

Sesi 1. 9:00-10:45am



**Menyambut.**

**Berkenalan (10)**

- **Tim: Nama. Pengalaman dengan DK.**
- **Peserta (tergantung nomor peserta): Nama. Apa yang berharap menerima dari pelatihan ini.**

**Berdoa. (5)**



**Buku kecil** – Akan dipakai sebagai **dasar pelatihan. (laman / website di hlm 2, juga Facebook) (1)**

[PP foto target] **Tujuan** pelatihan ini adalah untuk **mengerti dan melatih prinsip dasar Doa Keutuhan**, dan terus-menurus **memakai** prinsip dasar ini (5 langkah dan mengikuti Yesus) dan **tahu bagaimana memakai buku kecil** sebagai referensi. (1)

[PP foto 2 ladang] Ilustrasi sebuah **ladang** (10)

**Yesaya 61:1-4** “61:1 Roh Tuhan ALLAH ada padaku, oleh karena TUHAN telah mengurapi aku; Ia telah mengutus aku untuk menyampaikan kabar baik kepada orang-orang sengsara, dan merawat orang-orang yang remuk hati, untuk memberitakan pembebasan kepada orang-orang tawanan, dan kepada orang-orang yang terkurung kelepasan dari penjara, 61:2 untuk memberitakan tahun rahmat TUHAN dan hari pembalasan Allah kita, untuk menghibur semua orang berkabung, 61:3 untuk mengaruniakan kepada mereka perhiasan kepala ganti abu, minyak untuk pesta ganti kain kabung, nyanyian puji-pujian ganti semangat yang pudar, supaya orang menyebutkan mereka "pohon tarbantin kebenaran", "tanaman TUHAN" untuk memperlihatkan keagungan-Nya. 61:4 Mereka akan membangun reruntuhan yang sudah berabad-abad, dan akan mendirikan kembali tempat-tempat yang sejak dahulu menjadi sunyi; mereka akan membaharui kota-kota yang runtuh, tempat-tempat yang telah turun-temurun menjadi sunyi.”

Kalau Anda ingin menanam sesuatu di **sebuah padang rumput liar**, pertama-tama Anda harus membersihkannya dari semua rumput liar. Kalau Anda hanya **memotong** rumput liar tapi tidak **menghilangkan akar-akarnya**, benih-benih baru sangat sulit untuk bertumbuh dan berbuah. (Menabur, menuai.)

Begitu juga dengan hidup kita. **Kalau ladang hidup kita penuh dengan kebiasaan lama (rumput liar)**, sulit untuk benih baru yang mau berakar dan bertumbuh. Kalau kita masih **bergumul dengan perasaan, pikiran atau tindakan yang tidak berdasarkan kebenaran dan kekudusan**, hal ini berarti bahwa ladang hidup kita mungkin masih ada **sisanya akar tidak sehat yang perlu dibersihkan**. Misalnya amarah yang kurang sehat, rasa malu yang kurang pantas, ketakutan yang berlebihan, kebiasaan menggosip atau berbohong, kepercayaan diri yang palsu, kecanduan, trauma yang masih memicu, susah mengampuni atau kepahitan.

**Langkah pertama** yang diperlukan adalah untuk **mengenali** dimana pola lama masih berada dan bertumbuh dalam ladang hidup kita. Kemudian kita **membawa** hal-hal ini kepada Allah dan meminta Dia untuk menunjukkan kepada kita ingatan dari **masa lampau yang dekat** bahwa masalah ini telah mempengaruhi kita. Lalu kita **mencari akarnya** bersama Allah. Kemudian kita **menerima** pandangan Allah pertama-tama di akarnya. Proses ini **mengeluarkan akar-akar lama, menyiapkan tanah dan menanamkan benih-benih baru**. Dengan begitu, benih-benih baru ini dapat bertumbuh dan berbuah baik dalam hidup kita; kita **menerapkan** dalam hidup sehari-hari.

Waktu kita **menggarap ikatan keturunan**, lading kita dibersihkan dari pola-pola tidak sehat **yang telah diwarisi dari leluhur kita**. Kita juga perlu **membereskan kebiasaan-kebiasaan (rumput liar) dalam hidup kita yang telah berakar** karena pilihan dan pengalaman kita sendiri. Hal ini sering merupakan suatu proses.

**Misalnya**, kalau ada **pola kebohongan** dalam keluarga kita, pertama-tama kita perlu menggarap **belunggu keturunan kebohongan** ini bersama Allah. Sesudah itu, kita juga perlu **menggarap akar sebabnya kita sendiri telah memilih untuk berbohong**.

Suatu soal yang berhubungan dengan proses ini adalah **benteng-benteng yang berpengaruh dalam tempat atau daerah dimana kita tinggal**. Saat kita **mengenali** benteng ini dan pengaruhnya dalam hidup kita, keluarga dan komunitas kita, kita bisa meminta Allah **bersama saudara seiman** untuk **menyatakan** akar-akarnya dan **menghilangkannya**.

**Cerita saya sendiri** – mengapa saya berada disini hari ini? **Keinginan melihat kuasa yang saya baca dalam Alkitab dalam kehidupan saya dan teman-teman saya.** Contoh mengenai **rasa takut saya yang berlebihan** waktu mulai **doakan orang lain.** (Cahaya berbentuk topi petani di ladang teh) (10)

**Lima langkah dan gerakan:** Menawan (mengenal), Membawa (dan mencari ingatan dari masa lampau yang dekat), Mencari akar, Menerima (pertama-tama di akar), Menerapkan (dalam hidup sehari-hari). (**hlm 4**) (5)

**Banyak konteks** untuk 5 langkah: penyelamatan (pendeta di **Uganda**), latar belakang (ladang kita), pribadi, situasi (misalnya benteng jahat dalam satu daerah atau suku) (5)

[PP foto 2 orang bicara] **Mainan peran 1** – yang tidak memakai prinsip Doa Keutuhan (5)

**Pertanyaan mengenai mainan peran 1:** (5) (Yakob bukan teman dekat)

- Kalau seandainya anda dalam posisi Budi, bagaimana perasaan anda? [Budi, bagaimana perasaan anda?] Apakah anda pernah berpengalaman seperti Budi?
- Kalau seandainya anda dalam posisi Markus, bagaimana perasaan anda? [Markus, bagaimana perasaan anda?] Apakah anda pernah berpengalaman seperti Markus?
- Soal-soal apa yang menurut anda mungkin perlu digarap dalam hidup Budi?

Paradigma yang berbeda dengan Doa Keutuhan: (2)

- Langsung menasihati , Langsung menuruh/mengarahkan
- Langsung mengajar prinsip dari Alkitab
- Doa syafaat yang biasa , Konseling.

[pp foto menuju salib] **Latar belakang (hlm 4-5)** (10)

Prinsip dasar: **mengikuti Yesus.**

Pengikut Yesus **sudah**

- a. diberikan **kebebasan** dari kuasa dosa. *Roma 6:3-13.*
- b. diberikan **hati baru.** *Yehezkiel 36:26.*

- c. mempunyai **Roh Kudus** di dalam dan Dia suka berkomunikasi dengan kita. *Yohanes 14:16-17, 26; 15:26; 16:13-15.*
- d. Diberikan **warisan** luar biasa:
  - i. Sukacita yang tak bisa terkatakan *1 Petrus 1:8-9*
  - ii. Harapan yang hidup *1 Petrus 1:3*
  - iii. Hubungan erat dengan Tuhan. *Yohanes 17:21* “supaya mereka semua menjadi satu, sama seperti Engkau, ya Bapa, di dalam Aku dan Aku di dalam Engkau, agar mereka juga di dalam Kita, supaya dunia percaya, bahwa Engkaulah yang telah mengutus Aku.”
  - iv. banyak lainnya. *Ephesus 1* dan lain-lain.

Pengikut Yesus **masih dalam proses.** (hlm 4)

- a. *2 Korintus 3:18b* “Dan kita semua mencerminkan kemuliaan Tuhan dengan muka yang tidak berselubung. Dan karena kemuliaan itu datangnya dari Tuhan yang adalah Roh, maka kita **diubah menjadi serupa dengan gambar-Nya, dalam kemuliaan yang semakin besar.**”
- b. *Matius 12:33* “Jikalau suatu pohon kamu katakan baik, maka baik pula buahnya; jikalau suatu pohon kamu katakan tidak baik, maka tidak baik pula buahnya. Sebab dari buahnya pohon itu dikenal.” Bahasa Yunani sebenarnya berarti “**Buatlah** pohon itu menjadi baik, supaya buahnya baik.” Bahasa Inggris diterjemahkan begitu: “*Either **make** the tree good...or **make** the tree bad...*”
- c. Kalau buah kurang bagus, melihat **akarnya**. *Matius 12:35* “Hai kamu keturunan ular beludak, bagaimanakah kamu dapat mengucapkan hal-hal yang baik, sedangkan kamu sendiri jahat? Karena yang diucapkan mulut meluap dari hati. **Orang yang baik mengeluarkan hal-hal yang baik dari perbendaharaannya yang baik** dan orang yang jahat mengeluarkan hal-hal yang jahat dari perbendaharaannya yang jahat.”
- d. Cara kita berpikir belum sempurna. Beberapa **contoh** sebabnya adalah: masalah dari latar belakang, masalah dari kutuk, masalah dari memilih dosa, masalah lain dengan cara berpikir, seperti “Saya harus melindungi diri sendiri.”

Kita berada dalam **peperangan rohani**. Kita dicobai oleh pikiran yang tidak sesuai dengan kebenaran Allah. Mungkin dari tabiat lama kita, atau dari dunia, atau dari iblis.

*“karena perjuangan kita bukanlah melawan darah dan daging, tetapi melawan pemerintah-pemerintah, melawan penguasa-penguasa, melawan penghulu-penghulu dunia yang gelap ini, melawan roh-roh jahat di udara.” (Ephesus 6:12).*

**Kalau sukacita kita hilang** atau kalau ada pikiran atau tindakan tidak sehat, itu merupakan suatu tanda ada sesuatu yang perlu kita garap. (Seperti **membersihkan rumput liar dari ladang kita.**)

[PP foto perampok] Apakah Anda pernah **dirampok?** (5)

Pengalaman saya – dalam angkot, **tas saya dibelah tersembunyi** dan kunci-kunci saya diambil. Sebelum mereka turun, saya belum menyadarinya. Sesudah saya menyadarinya, saya marah dan **ingin mencari orangnya** supaya kunci dikembalikan! Kita **juga bisa dirampok dalam bagian rohani**. Kalau kita dirampok tetapi belum **menyadarinya**, kita tidak akan mencari pencuri untuk pengembalian apa yang dicuri.

[PP foto tikus] Ilustrasi dicuri: Misalnya ada tikus di rumah. **Contoh dus makanan kami dimakan tikus. Bekasnya tercecer di lantai. Mula-mula diabaikan. Belum sadar. Sesudah sadar, diatasi.** Kalau tanda-tanda diabaikan dan kita mencoba **bertindak seolah-olah tidak ada tikus, tikus masih akan ada dan masih akan merusak, walaupun tidak kelihatan.** Tetapi kalau kita **mengakui** ada tikus, kita dapat **mencari** cara untuk **menawan** atau membunuhnya – seperti menyediakan racun atau alat penangkapan. Jadi, **kalau ada masalah dalam kehidupan kita, lebih baik diketahui dan diakui supaya dapat diatasi bersama Yesus.**

**Prinsip dasar (hlm 5):** (Doa 3-arah, dll.) (5)

*“Terpujilah Allah dan Bapa Tuhan kita Yesus Kristus, yang karena rahmat-Nya yang besar telah melahirkan kita kembali oleh kebangkitan Yesus Kristus dari antara orang mati, kepada suatu hidup yang **penuh pengharapan**, 1:4 untuk menerima suatu bagian yang tidak dapat binasa, yang tidak dapat cemar dan yang tidak dapat layu, yang tersimpan di sorga bagi kamu. 1:5 Yaitu kamu, yang dipelihara dalam kekuatan Allah karena imanmu sementara kamu menantikan keselamatan yang telah tersedia untuk dinyatakan pada zaman akhir. 1:6 Bergembiralah akan hal itu, sekalipun sekarang ini kamu seketika harus berdukacita oleh berbagai-bagai percobaan. 1:7 Maksud semuanya itu ialah untuk membuktikan kemurnian*

*imanmu--yang jauh lebih tinggi nilainya dari pada emas yang fana, yang diuji kemurniannya dengan api--sehingga kamu memperoleh puji-pujian dan kemuliaan dan kehormatan pada hari Yesus Kristus menyatakan diri-Nya. 1:8 Sekalipun kamu belum pernah melihat Dia, namun kamu mengasihi-Nya. Kamu percaya kepada Dia, sekalipun kamu sekarang tidak melihat-Nya. Kamu **bergembira karena sukacita yang mulia dan yang tidak terkatakan**, 1:9 karena kamu telah mencapai tujuan imanmu, yaitu keselamatan jiwamu.” (1 Petrus 1:3-9).*

### **Waktu untuk berikir / merefleksi (5)**

- Apa saja yang mungkin dirampok dari Anda (misalnya, sukacita, harapan, kebenaran mengenai situasi)?
- Apa saja yang Anda percaya mengenai sifat Allah?
- Apa saja yang Anda percaya mengenai diri sendiri?

Sesi 2. 11:00am-12:30pm

[PP foto 2 orang bicara] **Mainan Peran 2** – yang memakai prinsip Doa Keutuhan (10 min)

### **Pertanyaan mengenai mainan peran 2: (5)**

- Kalau seandainya anda dalam posisi Budi, bagaimana perasaan anda? [Budi, bagaimana perasaan anda?]
- Kalau seandainya anda dalam posisi Markus, bagaimana perasaan anda? [Markus, bagaimana perasaan anda?]
- Dalam hal-hal apa anda melihat Allah berkerja dalam mainan peran ini?



**Gambar** proses DK (5)

[PP foto 2 tangan] **Contoh doa untuk dipakai dalam 5 langkah (hlm 6-7)**. Sangat sederhana. Satu kalimat, lalu diam dan menunggu. Sering berterima kasih. (5)

[PP foto orang] **Latihan 5 langkah** dan gerakan + mengikuti Yesus. Lalu latihan tanpa buku kecil. (3)

[PP foto kunci] **Langkah inti / kunci (hlm 50-55)**. Doa pembukaan & penutup. (3)

[PP foto belunggu patah di salib] **Kebebasan dari Belunggu Keturunan (hlm 8-11)**. Memimpin grup dalam proses, langkah demi langkah. Juga memberitahu peserta mengenai **3 halaman tambahan**, *Kegiatan di Luar Isa Almai*, untuk orang Indonesia (**contoh hlm 15**, Lampiran lebih lengkap ada dalam **laman**/website). Kalau sudah menikah, sebaiknya **suami/istri** juga berdoa mengenai soal ini. (15)

*“Sebab itu haruslah kauketahui, bahwa TUHAN, Allahmu, Dialah Allah, Allah yang setia, yang memegang perjanjian dan kasih setia-Nya terhadap orang yang kasih kepada-Nya dan berpegang pada perintah-Nya, sampai kepada beribu-ribu keturunan, 7:10 tetapi terhadap diri setiap orang dari mereka yang membenci Dia, Ia melakukan pembalasan dengan membinasakan orang itu. Ia tidak bertanggung terhadap orang yang membenci Dia. Ia langsung mengadakan pembalasan terhadap orang itu.” (Ulangan 7:9-10).*

*“The TUHAN, TUHAN, Allah penyayang dan pengasih, panjang sabar, berlimpah kasih-Nya dan setia-Nya, 34:7 yang meneguhkan kasih setia-Nya kepada beribu-ribu orang, yang mengampuni kesalahan, pelanggaran dan dosa; tetapi tidaklah sekali-kali membebaskan orang yang bersalah dari hukuman, yang membalaskan kesalahan bapa kepada anak-anaknya dan cucunya, kepada keturunan yang ketiga dan keempat.” (Keluaran 34:6b-7).*

*“Supaya kita sungguh-sungguh merdeka, Kristus telah memerdekakan kita. Karena itu berdirilah teguh dan jangan mau lagi dikenakan kuk perhambaan.” (Galatia 5:1).*

**Langkah inti/ kunci.**

Tindak lanjut. Tinggalkan pola lama. Menutup pintu ke semua yang jahat. Mematahkan kutuk-kutuk.

Menggarap kalau dulu ada **keterlibatan dalam okultisme. (hlm 12-15)**. Menjelaskan sebentar, termasuk artinya (okultisme) (5)

[PP foto bunga] **Mengganti Kutuk Keluarga (hlm 16-17)**. Dan menerima berkat. **Di ladang kita, juga bisa ada tanaman baik (pola sehat)**. (5)

[PP foto pemandangan] **Refleksi**: Bertanya pada diri sendiri: Hal-hal apa saja yang sudah berakar dalam kehidupan saya (rumput liar yang perlu dibuang, tanaman lain yang perlu dirawat dan diberkati)? Siapakah akan saya beritahu mengenai soal ini? (3) **Berdoa untuk semua.**

[PP 2 foto perasaan] **Luka Batin** (berdasarkan keyakinan salah (**hlm18-19**)) (5)

Contoh dalam mainan peran. Menjelaskan prinsip pokok. Memberitahu prinsip ini penting untuk DK. Mengingatn mengenai **mainan peran**. Mengulangi **5 langkah inti/kunci + 3 (ingatan, perasaan negatif, keyakinan salah) + mengikuti Yesus**.

Langkah inti / kunci: Perasaan negatif, Ingatan, Keyakinan salah.

Langkah inti / kunci untuk **Amarah (hlm 21)**:

- Amarah bukan perasaan dasar.
- Menggarap perasaan dasar: biasanya frustrasi, ketakutan, malu, atau sakit hati.

[PP foto muka orang] Mencari Pandangan Tuhan dalam **Trauma (hlm 22-23)** (5)

Menjelaskan sebentar, termasuk kaitan dengan pengkhianatan, rasa takut, amarah, rasa pahit, pengampunan, bersedih karena kehilangan, dan penyalagunaan. **Contoh**.

[PP foto orang menangis] **Bersedih** karena kehilangan (**hlm 24-27**) (5)

Langkah Inti / Kunci:

- Bersedih adalah suatu proses.
- Kadang-kadang seseorang mengalami kemacetan/tidak maju-maju dalam proses bersedih/berdukacita. Kalau hal ini terjadi, dapat diatasi.
- Allah ingin berjalan bersama orang yang bersedih/berdukacita dan menanggung perasaan negatifnya. (Yes 53:4).

Langkah Inti / Kunci untuk **Perasaan tidak menyenangkan** berdasarkan sesuatu yang benar:

- Tuhan menanggung beban (Yes 53:4).
- Serahkan beban.

[PP foto orang mabuk] **Mengakui dan Berpaling dari Dosa (hlm 28-29)** (3)

Langkah Inti / Kunci: Menggarap segala sesuatu yang turut membentuk keputusan untuk melakukan dosa ini (mengapa memilih).

Langkah Inti / Kunci mengenai **Mengakui dan Berpaling dari Dosa Seksual:**

- Mematahkan (hubungan satu daging yang tidak sah).
- Memulihkan dan menyucikan. (Memohon supaya Tuhan memulihkan apa pun yang hilang, dan menyucikan apa pun yang datang karena dosa itu.)
- Membangun batas sehat (mencari, melakukan).

Langkah Inti / Kunci mengenai **Batas Wajar:**

- Menemukan
- Menerapkan.

Batas wajar dengan **lawan genis**. Jangan berduaan saja dengan lawan genis yang bukan suami/istri dalam situasi yang terlalu sepi. Pastikan selalu ada orang lain yang dapat melihat semua kegiatannya.

[PP foto tangan terbuka] **Pengampunan (page 34-37) (6)**

*“Tetapi hendaklah kamu ramah seorang terhadap yang lain, penuh kasih mesra dan saling mengampuni, sebagaimana Allah di dalam Kristus telah mengampuni kamu.” (Ephesus 4:32).*

Mengampuni orang lain penting kalau ada pelanggaran batas wajar, misalnya dalam soal pengkhianatan atau kalau ada janji yang dilanggar. Berkaitan dengan rasa pahit, amarah, bersedih karena kehilangan. Berbeda dengan **rekonsiliasi**, yang melibatkan semua pihak. Menjelaskan **kepercayaan wajar**.

Kita harus mengampuni orang lain dengan segenap hati (Matius 18:21-35).

1. Apa saja **tanda-tanda** yang menunjukkan bahwa Anda **sudah mengampuni** seseorang sepenuhnya?
  - a. Anda merasa belas kasihan terhadapnya.
  - b. Anda tidak berkata-kata negatif tentang dia.
  - c. Anda bisa memberkatinya dengan lega.
  - d. Anda dibebaskan dari semua kepahitan, amarah dan kebencian terhadapnya.
  - e. Anda tidak menuduh, menyalahkan atau menghakimi dia.

- f. Anda tidak membalas dendam dan tidak menuntut dia membayar hutang budi.
  - g. Anda melepaskan pelanggaran supaya anda merasa lega. Soalnya diserahkan kepada Tuhan supaya Dia yang mengurusnya.
2. Apa saja **tanda-tanda** yang menunjukkan bahwa Anda **belum mengampuni** seseorang sepenuhnya?
- a. Anda masih mempunyai perasaan negatif terhadap dia.
  - b. Anda berkata-kata negatif tentang dia.
  - c. Anda mengutuk dia.
  - d. Anda merasa pahit, marah atau benci terhadapnya.
  - e. Anda menuduh, menyalahkan atau menghakimi dia.
  - f. Anda ingin membalas dendam atau menuntut dia membayar hutang budi.
  - g. Anda mengingat-ingat pelanggaran yang telah dilakukannya.

**Mengampuni** orang **berarti** masalah dan akibatnya **diserahkan** kepada Tuhan, tidak berarti orang itu benar atau harus dipercaya lagi. **Misalnya** ada perampok yang pernah masuk ke rumah seseorang dan mencuri sesuatu, lalu ditangkap. Mengampuni dia bukan berarti akan mengundang dia ke rumah itu, lalu semua penghuni keluar dan biar perampok menjaganya! Perlu ada batas sehat.

Langkah Inti / Kunci:

- Mengusir (roh-roh jahat).
- Mengampuni. (Apakah siap melepaskan semuanya, atau masih ada yang sulit dilepaskan? Menggarap akarnya kalau masih ada sesuatu yang sulit dilepaskan.)
- Menerima (orangnya).
- Memberkati (berdoa berkat).

[PP foto pemandangan] **Refleksi:** Apakah anda pernah **dirampok** dalam bagian rohani atau perasaan? Kalau pernah, dalam hal apa? Apa yang telah dicuri? (3)

[PP 2 foto berulang] **Mengulangi 5 langkah dasar + 3 + mengikuti Yesus.** (2)

Sesi 3. 1:15-2:45pm

[PP foto 2 orang bicara] **Menjadi Pendengar yang Baik (hlm 48-49).**  
Sangat berkaitan dengan proses DK. (10?)

[PP gambar 3 orang] **Persiapan berdoa dalam kelompok 3 orang: (5)**

- **Mengacu** pada **Langkah Inti / Kunci (hlm 50-55).**
- Bertumbuh dalam **Mendengar Suara Allah (hlm 38-44).**
  - Menjelaskan sebentar dan memberitahu kaitan dengan DK. Misalnya orang yang merasa susah berhubungan dengan orang lain. Sering kali anak berpikir bahwa sifat Allah mirip sifat orang tuanya yang paling kuat.
  - Allah kita berbicara kepada anak-anaknya. Kebenaran-Nya menghancurkan benteng kurang sehat. Mengundang Dia untuk berbicara kepada anda dan menolong anda menjadi peka terhadap suara-Nya.
  - (Ada versi lebih lengkap di laman/website.)
- **Mengenali Perasaan Anda (hlm 45-47).** (Ada versi lebih lengkap di laman/website.)
- **Pedoman Memakai Module (hlm 56)**

**Mainan peran** dengan tim pelayanan (1 yang didoakan, 1 yang mendoakan, 1 yang diam dan berdoa syafaat) untuk contoh berdoa dalam kelompok 3 orang. (10)

**Berdoa dalam kelompok 3 orang** (pria dengan pria, wanita dengan wanita): (20)

- Mulai dengan doa pembukaan. [Lihat Langkah Inti / Kunci di hlm 50.]
- Memilih siapa yang akan mendoakan (memfasilitasi waktu DK), siapa yang mau didoakan secara DK, dan siapa yang akan diam dan mendukung dalam doa. Mengadakan doa 3-arah dengan Allah (seperti contoh dalam mainan peran). Minta tolong kalau merasa kemacetan dalam proses, atau kalau ada pertanyaan. Memakai Langkah Inti / Kunci sesuai tuntunan Tuhan (hlm 50-55). Menutup dengan doa penutup. [Lihat Langkah Inti / Kunci hlm 55.]

**Pertanyaan** (Ceritakan mengenai bagian anda saja. Jangan membuka rahasia orang lain!): (5)

- Apa yang anda mau bagikan dengan peserta lain mengenai apa yang Allah lakukan dalam anda sendiri melalui waktu DK?

- Kalau Anda merasa kemacetan dalam proses DK, adakah pertanyaan mengenai soal itu?

Catatan (5):

- 1) Kalau soalnya tidak terlalu berat dan anda sudah cukup mengerti prinsip doa DK, anda dapat melakukan prosesnya **langsung dengan Tuhan: ↑↓ (2 arah)**. Kalau kemacetan dalam proses, mohon agar Allah melindungi semua yang sudah muncul, doakan doa penutup, dan cari pertolongan dari orang lain.
- 1) Dalam paradigma DK, **perasaan / pikiran tidak disembunyikan** (seolah-olah tidak ada). Kita tidak berusaha untuk mengatasi perasaan/pikiran sendirian. Kita menawannya, membawanya kepada Tuhan, dan menggarapnya bersama Dia. Menyembunyikan masalah tidak akan menolong kita untuk mengatasi masalahnya.
- 2) Orang yang didoakan **tidak perlu menceritakan seluruh masalah** kepada orang yang mendoakannya. Cukup kalau mereka menceritakan garis besarnya – supaya orang yang mendoakannya tahu dimana dia sedang berada dalam prosesnya.
- 3) **Perhatikan wajah dan “bahasa tubuh”** orang yang didoakan, sambil mendoakan mereka. Bisa ada tanda dalam tubuh mereka mengenai rasa takut, marah, gelisah, dll. Misalnya kaki atau tangan mereka bergerak terus.
- 4) **Mendengar dengan baik** apa yang diceritakan oleh orang yang didoakan. Mencari hal berikut untuk membawa kepada Allah dalam doa. (Biasannya pikiran pertama yang muncul dalam benak orang yang didoakan adalah hal berikut untuk dibawa kepada Allah dalam doa.)
- 5) Kalau **orang yang didoakan kelihatan “kemacetan”** (susah keluar) dari perasaan negatif atau kurang enak (kalau perasaan itu terasa lebih dari dua atau tiga menit), mungkin ada baiknya Anda mendoakan mereka dengan ayat-ayat yang cocok untuk menghibur atau menyampaikan kebenaran. Memohon supaya Tuhan memberikan Anda kebijaksanaan mengenai hal tersebut.
- 6) Usulkan kepada orang yang didoakan untuk **ceritakan hasil doa ini** kepada orang yang dapat dipercaya. Langkah ini dapat mempermudah proses menerapkan (dalam kehidupan sehari-hari) kebenaran yang diterima dari Tuhan.
- 7) **Menyesuaikan** prinsip DK kepada situasi anda. Mengikuti pimpinan Allah.

- 8) Kalau ada **sesuatu yang dipicu** dalam Anda sendiri saat mendoakan orang lain, garaplah soal ini. Kalau Anda mau, minta orang lain menolong Anda menggarap soal ini bersama Tuhan.
- 9) Memakai **belas kasihan yang tidak mengikatkan diri anda** kepada masalahnya. "Care but don't carry."
- 10) Mempertahankan kemenangan. Kalau jatuh lagi ke dalam pola lama, bagaimana berdiri dan berjalan lagi dalam pola baru. Seperti anak kecil belajar berjalan.

[PP foto rantai patah] **Mematahkan Benteng (hlm 30-33) (5)**

*"Memang kami masih hidup di dunia, tetapi kami tidak berjuang secara duniawi, 10:4 karena senjata kami dalam perjuangan bukanlah senjata duniawi, melainkan senjata yang diperlengkapi dengan kuasa Allah, yang sanggup untuk meruntuhkan benteng-benteng. 10:5 Kami mematahkan setiap siasat orang dan merubuhkan setiap kubu yang dibangun oleh keangkuhan manusia untuk menentang pengenalan akan Allah. Kami menawan segala pikiran dan menaklukkannya kepada Kristus," (2 Korintus 10:3-5).*

*"Karena kamu telah mendengar tentang Dia dan menerima pengajaran di dalam Dia menurut kebenaran yang nyata dalam Yesus, 4:22 yaitu bahwa kamu, berhubung dengan kehidupan kamu yang dahulu, harus menanggalkan manusia lama, yang menemui kebinasaannya oleh nafsunya yang menyesatkan, 4:23 supaya kamu dibaharui di dalam roh dan pikiranmu, 4:24 dan mengenakan manusia baru, yang telah diciptakan menurut kehendak Allah di dalam kebenaran dan kekudusan yang sesungguhnya. 4:25 Karena itu buanglah dusta dan berkatalah benar seorang kepada yang lain, karena kita adalah sesama anggota." (Ephesus 4:21-25).*

Benteng: Menjelaskan konsep mengundang Allah ke dalam pola pikiran kita, menangkap pikiran, dan membawanya kepada Yesus. Kalau pikiran anda di luar kebenaran Allah, perintakannya untuk pergi. Benteng sering menyamar (*masquerade*) sebagai teman yang menolong kita, tetapi sebenarnya merupakan benteng musuh yang melawan kita. Memerintakan dalam nama Yesus untuk di dilucuti dari kemampuan mereka untuk menipu anda.

Langkah Inti / Kunci:

- Mengenali benteng yang ada dalam diri Anda.
- Menggarap hal yang terkait.
- Mematahkan setiap benteng bersama Tuhan.

Ada juga berberapa Langkah Inti / Kunci yang berkaitan di hlm 52-55.

[PP 2 foto] **Mengulangi 5 langkah dasar + 3 + mengikuti Yesus (3)**

Sesi 4. 3:00-4:30pm

[PP gambar 3 orang] **Berdoa lagi dalam kelompok 3 orang** (20)

**Pertanyaan** (Ceritakan mengenai bagian anda saja. Jangan membuka rahasia orang lain!): (5)

- Apa yang anda mau bagikan dengan peserta lain mengenai apa yang Allah lakukan dalam anda sendiri melalui waktu DK?
- Kalau merasa kemacetan dalam proses DK, adakah pertanyaan mengenai soal itu?

[PP foto orang berdiri] *Doa Keutuhan untuk Penyembuhan Fisik*. Lihat laman/website untuk ide. (Tunjukkan contoh, termasuk belunggu keturunan.) (5)

[PP foto orang berjalan] **Langkah berikut**

Berikan semangat kepada peserta untuk **membagikan** prinsip ini kepada **orang lain**, dan memakainya untuk mendoakan masalah rohani dan perasaan. (2)

Sebagian prinsip doa keutuhan **cocok untuk berdoa untuk orang yang belum percaya dalam Yesus** – misalnya memohon supaya Tuhan berbicara, menolong, dsb. Sebagian **kurang cocok** – misalnya mengarang belunggu keturunan. (3)

**PI**, pemuridan dan pelatihan kepemimpinan - **semua orang mempunyai masalah** (Matt 11:28-30 – “*mari yang letih-lesu, datanglah kepada Yesus*”). Bagian yang dapat menolong **PI** termasuk: (5)

- **Menghancurkan halangan** ketakutan dll dalam kehidupan pengikut Yesus (supaya siap mendoakan orang dan menyampaikan kabar baik).
- **Mengerti** bahwa **masalah** orang yang belum mengikut Yesus **sering mirip** masalah pengikut Yesus (misalnya: hubungan, keyakinan salah, belunggu-belunggu, ketakutan, sulit mengampuni, sakit hati, dll.) – supaya tambah rasa peduli dan belas kasihan, dan lebih ingin mengerti masalah mereka.
- **Mendengar** cerita dan masalah orang yang belum mengikut Yesus, lalu **menawarkan doa** untuk mereka dalam nama Yesus/Isa Al Masih (dan, kalau mereka berminat, **menjelaskan** sedikit mengenai prosesnya, lalu **berdoa** untuk mereka).

- **Melanjutkan** sesuai dengan pimpinan Tuhan (pada waktu yang tepat – jangan terlalu dini – **menawar memperkenalkan** mereka kepada Yesus/Isa yang ajaib dan sudah menolong mereka; **jangan memaksa**).

### **Tahap belajar:** (2)

- Mulai dengan **diri sendiri** – mengalami
- **Melatih** menolong orang lain untuk menggarap isu-isu
  - di seminar ini
  - di luar seminar ini
- Memimpin **kelompok** yang belajar
- **Belajar** bagaimana mengajar orang lain dalam prinsip doa ini
- **Mengajar** orang lain dalam prinsip doa ini.

### Beberapa ide untuk **belajar lebih lanjut:** (3)

- Membaca buku peserta.
- Membaca bahan di laman/website FFCM: [www.freemin.org](http://www.freemin.org).
- Email pertanyaan ke: [ffcm@emailglobe.net](mailto:ffcm@emailglobe.net).
- Mempraktikkan dalam kelompok kecil (sesuai dengan Penuntun Doa Keutuhan untuk Kelompok Kecil – ada di laman/website – tunjukkan contoh).

### [PP foto pemandangan] **Refleksi:** Bagaimana langkah berikut? (5)

- Apakah tujuan Anda sendiri untuk bertindak lanjut?  
*Contoh: Saya ingin belajar lebih dalam dan memakai prinsip doa keutuhan dengan:*
  - *Menghafal 5 langkah +3 sebelum tanggal \_\_\_\_\_.*
  - *Membaca buku peserta sebelum tanggal \_\_\_\_\_.*
  - *Memakai prinsip doa keutuhan dalam kehidupan saya sehari-hari.*
  - *Mengikuti kelompok kecil yang melatih prinsip doa keutuhan dan belajar bersama.*
  - *Membaca bahan lain di laman/website [www.freemin.org](http://www.freemin.org).*
- Apa yang akan menolong Anda untuk mencapai tujuan ini? (Is it worth it? Can I do it? Apakah saya yakin hal ini bermanfaat? Apakah saya yakin saya bisa melakukannya, dengan pertolongan Tuhan?)
- Siapakah yang Anda mau meminta untuk menolong Anda, agar mencapai tujuan ini? Kapan Anda akan bertanya kepadanya?

### **Diskusi & berdoa dalam tim** untuk tindak lanjut. (10)

**Daftar** untuk berdoa DK dengan tim pelayanan. (5)

**Doa penutup** – pemberkatan, urapan dan pemberdayaan. (5)

Kekudusan, dilindungi dibawah sayap Allah, keamanan. Memohon supaya Tuhan mematahkan benteng apa pun di dalam kehidupan peserta masing-masing, di Jakarta, di Indonesia, dan di seluruh bumi. Kerajaan-Nya datang. Kehendak-Nya terjadi. Percaya. Menyerah. Semua untuk Dia. Dia yang dimulihkan.