

Menemukan Rasa Aman Sejati

Diterjemahkan dari “Out of Darkness into Light Wholeness Prayer Basic Modules”

©2014, 2007, 2005, 2004 Freedom for the Captives Ministries

Semua ayat Alkitab dari Terjemahan Baru © Lembaga Alkitab Indonesia (Indonesian Bible Society), 1994

Boleh difotokopi untuk pemakaian pribadi

Tidak untuk diperdagangkan

Dasar Alkitabiah – Menemukan Rasa Aman Sejati

“Sebab itu beginilah firman Tuhan ALLAH: “Sesungguhnya, Aku meletakkan sebagai dasar di Sion sebuah batu, batu yang teruji, sebuah batu penjuru yang mahal, suatu dasar yang teguh: Siapa yang percaya, tidak akan gelisah!” (Yesaya 28:16).

*“Aku telah mencari TUHAN, lalu Ia menjawab aku, dan **melepaskan aku dari segala kegentaranku**. Tujukanlah pandanganmu kepada-Nya, maka mukamu akan berseri-seri, dan tidak akan malu tersipu-sipu. Orang yang tertindas ini berseru, dan TUHAN mendengar; Ia menyelamatkan dia dari segala kesesakannya. Malaikat TUHAN berkemah di sekeliling orang-orang yang takut akan Dia, lalu meluputkan mereka. Kecaplah dan lihatlah, betapa baiknya TUHAN itu! Berbahagialah orang yang berlindung pada-Nya! Takutlah akan TUHAN, hai orang-orang-Nya yang kudus, sebab tidak berkekurangan orang yang takut akan Dia! Singa-singa muda merana kelaparan, tetapi orang-orang yang mencari TUHAN, tidak kekurangan sesuatupun yang baik” (Mazmur 34:5-11).*

*“Kasih karunia dan damai sejahtera dari Allah, Bapa kita dan dari Tuhan Yesus Kristus menyertai kamu. Terpujilah Allah dan Bapa Tuhan kita Yesus Kristus yang dalam Kristus telah mengaruniakan kepada kita **segala berkat rohani di dalam sorga**. Sebab di dalam Dia Allah telah memilih kita sebelum dunia dijadikan, supaya kita kudus dan tak bercacat di hadapan-Nya. Dalam kasih Ia telah menentukan kita dari semula oleh Yesus Kristus untuk menjadi anak-anak-Nya, sesuai dengan kerelaan kehendak-Nya, supaya terpujilah kasih karunia-Nya yang mulia, yang dikaruniakan-Nya kepada kita di dalam Dia, yang dikasihi-Nya. Sebab di dalam Dia dan oleh darah-Nya kita beroleh penebusan, yaitu pengampunan dosa, menurut kekayaan kasih karunia-Nya, yang dilimpahkan-Nya kepada kita dalam segala hikmat dan pengertian” (Efesus 1:2-8).*

*“...oleh karena kasih-Nya yang besar, yang dilimpahkan-Nya kepada kita, telah menghidupkan kita bersama-sama dengan Kristus, sekalipun kita telah mati oleh kesalahan-kesalahan kita -- oleh kasih karunia kamu diselamatkan -- dan **di dalam Kristus Yesus Ia telah membangkitkan kita juga dan memberikan tempat bersama-sama dengan Dia di sorga**, supaya pada masa yang akan datang Ia menunjukkan kepada kita kekayaan kasih karunia-Nya yang melimpah-limpah sesuai dengan kebaikan-Nya terhadap kita dalam Kristus Yesus” (Efesus 2:4-7).*

*“Aku sujud kepada Bapa, yang dari pada-Nya semua turunan yang di dalam sorga dan di atas bumi menerima namanya. Aku berdoa supaya Ia, menurut kekayaan kemuliaan-Nya, menguatkan dan meneguhkan kamu oleh Roh-Nya di dalam batinmu, sehingga oleh imanmu Kristus diam di dalam hatimu dan **kamu berakar serta berdasar di dalam kasih**. Aku berdoa, supaya kamu bersama-sama dengan segala orang kudus dapat memahami, **betapa lebarnya dan panjangnya dan tingginya dan dalamnya kasih Kristus**, dan dapat mengenal kasih itu, sekalipun ia melampaui segala pengetahuan. Aku berdoa, supaya kamu dipenuhi di dalam seluruh kepenuhan Allah.” (Efesus 3:14b-19).*

“Kasihilah Tuhan, Allahmu, dengan segenap hatimu dan dengan segenap jiwamu dan dengan segenap akal budimu. Itulah hukum yang terutama dan yang pertama. Dan hukum yang kedua, yang sama dengan itu, ialah: Kasihilah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri. Pada kedua hukum inilah tergantung seluruh hukum Taurat dan kitab para nabi” (Matius 22:37-40).

“Kita mengasihi, karena Allah lebih dahulu mengasihi kita” (1 Yohanes 4:19).

“Dan bergembiralah karena TUHAN; maka Ia akan memberikan kepadamu apa yang diinginkan hatimu” (Mazmur 37:4).

Keterangan Singkat – Menemukan Rasa Aman Sejati

Di lubuk hati kita rindu akan rasa aman sejati – supaya tahu bahwa kita benar-benar dikasihi, diterima dan merasa aman. Bila Anda tidak mengalami rasa aman yang cukup ketika masih kecil, maka mungkin sangat sukar untuk mempercayai Tuhan sepenuhnya sekarang.

Bila Anda sukar mempercayai sepenuhnya dalam Tuhan sebagai sumber rasa aman sejati, maka mengenali fakta ini merupakan langkah awal yang baik. Mencari firman Tuhan tentang kesetiaanNya bisa menolong. Tetapi mungkin juga ada faktor lain yang terlibat. Anda mungkin merasa tidak bisa mempercayai orang lain. Atau Anda mungkin kecewa terhadap Tuhan ketika Dia tidak bertindak sesuai dengan apa yang Anda pikirkan sebagai yang terbaik.

Anda mungkin juga mencari Tuhan atau seseorang untuk memenuhi pengertian *Anda* tentang kasih, penerimaan atau keselamatan. Pengertian-pengertian ini mungkin tidak sama dengan pengertian Tuhan. Tuhan menawarkan kasih, penerimaan atau keselamatan *sejati* kepada mereka yang memilih ini. Tuhan begitu *mengasihi* kita sehingga Dia mengutus Puteranya untuk mati bagi kita. Tuhan *menerima* semua yang memilih untuk mengikuti Kristus. Dan Dia menawarkan *keselamatan* kekal kepada semua yang percaya akan NamaNya. Dia tidak menawarkan untuk menerima mereka yang memilih jalan sendiri, atau yang mengartikan kasih sebagai hal tanpa disiplin, atau keselamatan sebagai hal dimana Anda berpikir tidak ada sesuatu yang buruk yang pernah terjadi dalam hidup Anda.

Anda mungkin mengejar keinginan yang tidak benar untuk mencari kepuasan. Mungkin Anda berpikir bahwa hal ini adalah yang diinginkan, tetapi sebenarnya hal ini merupakan pengganti keinginan yang lebih dalam dan berarti. Beberapa contoh adalah: ingin mencari kekuasaan dan bukannya bersikap mempercayai dan berserah diri; ingin melakukan perbuatan seksual dan bukannya mencari keintiman sejati; atau ingin akan kekayaan duniawi dan bukan kekayaan surgawi. Mencari keinginan yang tidak benar dapat merupakan strategi untuk menyelesaikan luka batin. Sebetulnya, strategi seperti ini menhalangi proses menyelesaikan luka batin. Strategi ini dapat berhasil untuk sementara, tetapi Tuhan menawarkan jalan yang lebih baik.

Kabar baiknya adalah bahwa jawaban untuk semua keinginan Anda yang benar ada dalam Kristus. Ketika Anda bersukacita didalam Dia, Dia akan memberikan kepada Anda, pada saatNya, semua keinginan Anda yang benar. Hal ini mungkin sangat berbeda dari apa yang Anda pikirkan tentang keinginan. Berbeda dengan mencari kuasa, kesejahteraan atau keakraban duniawi, adalah realita surgawi: *“Dan supaya Ia menjadikan mata hatimu terang, agar kamu mengerti pengharapan apakah yang terkandung dalam panggilan-Nya (keakraban, kasih, penerimaan dan rasa aman sejati): betapa kayanya kemuliaan bagian yang ditentukan-Nya bagi orang-orang kudus (kesejahteraan sejati), dan betapa hebat kuasa-Nya bagi kita yang percaya (kuasa sejati)”* (Efesus 1:18-19a).

Anda diajak untuk bertumbuh dalam pengertian berdasarkan pengalaman Anda tentang siapa Tuhan dan pengertian tentang seberapa banyak Dia mengasihi Anda. Semakin Anda mengerti, Anda akan bertumbuh didalam kemampuan untuk mengasihi dan mempercayai Dia. Dan Anda akan mendapatkan rasa aman sejati semakin banyak didalam Dia. Karena rasa aman ini, Anda akan lebih mampu memberi perhatian kepada hal-hal diluar Anda dan lebih mampu mengasihi orang lain. Anda juga akan lebih mampu mendengar suara Tuhan serta menikmati warisan Anda berupa sukacita dan kebebasan (1 Petrus 1:8; 2:16).

Langkah-langkah yang bisa menolong Anda untuk menemukan rasa aman sejati didalam Kristus mencakup:

- belajar lebih banyak dari orang lain apa sebenarnya ‘hubungan atas dasar percaya’
- menawan pikiran-pikiran Anda, mendapatkan pandangan Tuhan untuk ini
- belajar berjalan dengan cara-cara baru
- mempelajari bagaimana sikap orang tua (atau orang lain) dan bagaimana sikap itu sama atau berbeda dengan sikap Tuhan
- mengampuni orang tua Anda
- belajar bagaimana memberi respons kepada Tuhan yang penuh dengan kebaikan.

Langkah-demi-Langkah¹ – Menemukan Rasa Aman Sejati

Catatan: Lihat “Modul 1: Ringkasan dan Pengantar” untuk memulai dan mengakhiri langkah-langkah, dan keterangan tentang bagaimana memakai modul-modul untuk berbagai keadaan.

Bila sulit bagi Anda (atau Anda merasa tidak mungkin) untuk hidup dalam realita bahwa Tuhan adalah dasar yang teguh dan bahwa Anda aman didalam Dia, maka:

1. Putuskanlah apakah Anda mau mempercayai Tuhan sebagai dasar yang teguh. Bila demikian, mohonlah supaya Dia menolong Anda bertumbuh dalam hal ini.
2. Mohonlah supaya Tuhan menunjukkan dimana Anda pernah melihat contoh relasi aman, meskipun contoh tsb tidak sempurna. Misalnya, Anda mungkin tidak mengalami relasi aman dalam keluarga, tetapi mempunyai relasi cukup aman dengan seorang teman. Atau mungkin Anda melihat bahwa teman Anda mempunyai relasi aman dengan orang tuanya.

Bila Anda belum mengalami atau melihat relasi yang agak aman, mohonlah supaya Tuhan menolong menemukan relasi yang demikian buat Anda.

3. Mohonlah supaya Tuhan menunjukkan keamanan dan perlindungan macam apa yang Dia tawarkan, dan bagaimana keamanan dan perlindungan ini dibandingkan dengan relasi yang aman dan terlindung yang pernah Anda lihat di sekeliling Anda.
4. Pilihlah untuk mempercayai Tuhan (sesuai dengan kemampuan Anda sekarang).
5. Mohonlah supaya Tuhan menunjukkan segala sesuatu didalam diri Anda yang membuat Anda sulit mempercayai Dia. Misalnya, mungkin ada ketakutan bahwa dengan mempercayai Tuhan bakal terjadi sesuatu yang buruk. Atau mungkin Anda mempunyai pengalaman mempercayai seseorang tetapi kemudian dikecewakan. Atau mungkin Anda mencoba menghindari hubungan dekat karena Anda merasa ditolak dimasa lalu.

Untuk menolong mengenali apa yang membuat Anda sulit mempercayai Tuhan, tanyalah pada diri sendiri bagaimana rasanya bila Anda memilih untuk mempercayai Tuhan sepenuhnya sekarang juga serta tidak pernah menoleh kebelakang. Bila ini masih dirasakan sulit, mohonlah supaya Tuhan menolong Anda menunjukkan sebab-sebabnya. Tanyalah kepadaNya di mana untuk pertama kali Anda merasakan hal yang sama ketika mempercayai seseorang (mungkin salah satu dari orang tua Anda). Dapatkan pandangan Tuhan mengenai hal ini. Misalnya, Tuhan mungkin mengatakan bahwa orang tersebut tidak dapat dipercaya, tetapi Tuhan tidak seperti orang itu *“Dan bahwa orang-orang yang menanti-nantikan Aku tidak akan mendapat malu” (Yesaya 49:23b)*.

Untuk informasi lebih banyak, lihat juga “Modul 5: Mematahkan Benteng Di Dalam Diri Sendiri” dan “Modul 6: Kesembuhan dari Luka Batin”.

¹ “Proses Langkah-demi-Langkah” berisi langkah-langkah umum ketika menggarap suatu isu. Ubahlah sesuai situasinya. Iktutilah pimpinan Tuhan.

6. Bila sulit bagi Anda untuk mempercayai orang-orang yang berarti dimasa lalu, tanyalah Tuhan apakah ada hal-hal tertentu didalam diri mereka, sehingga Anda anggap karakter Tuhan mirip dengan mereka. Bila demikian, mohonlah supaya Tuhan menolong Anda memisahkan pengertian Anda tentang karakter mereka dari karakter Dia.

Misalnya, bila sulit mempercayai ayah Anda untuk bersikap konsisten, mungkin sulit juga bagi Anda untuk mempercayai Tuhan bersikap konsisten. Bila demikian, mohonlah supaya Tuhan menolong Anda memisahkan antara bagaimana ayah dapat dipercaya dan bagaimana Tuhan dapat dipercaya (yang selalu dapat dipercaya).

7. Ketika Tuhan menolong Anda melihat lebih banyak realita tentang karakterNya, pilihlah untuk mempercayaiNya dengan cara baru ini. Mohonlah supaya Tuhan menolong Anda berjalan di jalan baru ini.

8. *“Dan bergembiralah karena TUHAN; maka Ia akan memberikan kepadamu apa yang diinginkan hatimu.” (Mazmur 37:4)* Mohonlah supaya Tuhan menolong Anda bersukacita didalam Dia.

9. *“Sebab beginilah firman Tuhan ALLAH, Yang Mahakudus, Allah Israel: ‘**Dengan bertobat dan tinggal diam kamu akan diselamatkan, dalam tinggal tenang dan percaya terletak kekuatanmu.**’ Tetapi kamu enggan, kamu berkata: ‘Bukan, kami mau naik kuda dan lari cepat,’ maka kamu akan lari dan lenyap. Katamu pula: ‘Kami mau mengendarai kuda tangkas,’ maka para pengejarmu akan lebih tangkas lagi. Seribu orang akan lari melihat ancaman satu orang, terhadap ancaman lima orang kamu akan lari, sampai kamu ditinggalkan seperti tonggak isyarat di atas puncak gunung dan seperti panji-panji di atas bukit. Sebab itu **TUHAN menanti-nantikan saatnya hendak menunjukkan kasih-Nya kepada kamu; sebab itu Ia bangkit hendak menyayangi kamu. Sebab TUHAN adalah Allah yang adil; berbahagialah semua orang yang menanti-nantikan Dia!**” (Yesaya 30:15-18)*

- Mohonlah supaya Tuhan menolong Anda mempercayakan keinginan-keinginan Anda padaNya.
- Mohonlah supaya Tuhan menolong Anda tidak menuntut mengikuti jalan Anda sendiri. Bertobatlah dari semua cara yang menuntut (lihat juga “Modul 4: Mengakui dan Berpaling dari Dosa”).
- Ucaplah syukur untuk kebaikanNya.
- Mohonlah supaya Tuhan menolong Anda menantikan Dia (mempercayai akan waktuNya dan tidak bertindak mendahului Dia).

10. Mohonlah supaya Tuhan menunjukkan apakah Anda telah memilih mengikuti keinginan-keinginan yang palsu (yang tidak benar). Bila demikian, maka:

- Mengakulah (lihat juga “Modul 4: Mengakui dan Berpaling dari Dosa”).
- Mohonlah supaya Tuhan menunjukkan keinginan-keinginan Anda yang sesungguhnya yang tersembunyi dibawah keinginan palsu tadi.
- Mohonlah supaya Tuhan menolong untuk memperoleh keinginan-keinginan yang sebenarnya dan bukan keinginan palsu tadi.

- Mohonlah supaya Tuhan menunjukkan apa yang menyebabkan Anda sulit mencari keinginan yang sesungguhnya. Misalnya, Anda mungkin takut ditolak.
- Untuk tiap hal yang diungkapkanNya, tanyalah kepadaNya dimana Anda merasakan perasaan ini untuk pertama kali, atau mengira bahwa hal ini yang benar. Dapatkan pandangan Tuhan untuk hal ini.
- Ketika Dia mengungkapkan pandanganNya, pilihlah apakah Anda mau
 - memilih mengikuti jalanNya
 - mempercayaiNya dengan keinginan Anda yang sesungguhnya dalam pergumulan ini
- Teruskan melakukan proses ini sesuai keperluan.

Lihat juga “Modul 5: Mematahkan Benteng Di Dalam Diri Sendiri”, “Modul 6: Kesembuhan dari Luka Batin” dan “Modul 10: Mengganti Pola Kebiasaan Tidak Sehat”.

11. Carilah ayat-ayat dalam firman Tuhan yang berkaitan dengan kebenaran yang ditunjukkan Tuhan. Renungkanlah, nikmatilah, terapkanlah, hafalkan beberapa ayat dari firman Tuhan ini. Beberapa ayat-ayat yang menggambarkan siapa kita didalam Kristus ada di Efesus 1 & 2.

12. Mohonlah supaya Tuhan meneruskan menunjukkan segala sesuatu yang menghalangi Anda mempercayai Dia sepenuhnya. Juga mohonlah supaya Dia meneruskan mengungkapkan semua keinginan palsu yang masih Anda cari. Teruskan menawan pikiran dan perasaan Anda seperti yang ada di langkah-langkah 1-11. Ingatlah Anda sedang dalam proses. Teruskan! (lihat Filipi 3: 7-14).

13. Bagikan kepada seseorang apa yang telah dan sedang Tuhan lakukan didalam diri Anda, termasuk hal yang masih menjadi pergumulan Anda.

Follow-up – Menemukan Rasa Aman Sejati

1. Lakukanlah modul-modul lain sesuai dengan kebutuhan Anda.
2. Ingatlah apa yang Tuhan telah lakukan untuk Anda dimasa lalu. Bersyukurlah kepadaNya. Ceritakan kepada orang lain tentang kebaikanNya kepada Anda.
3. Carilah ayat-ayat firman Tuhan yang memperlihatkan karakter Tuhan. Renungkan ayat-ayat ini.
4. Sediakan waktu untuk memuji dan menyembah Dia.
5. Ceritakan kepada orang lain betapa ajaib Tuhan.
6. Teruslah bertumbuh didalam Kristus. Belajarlah lebih banyak mengenai apa artinya mengikuti Tuhan dan berjalan di jalanNya.
7. Carilah pengikut Yesus yang dapat diajak berbicara tentang Yesus.
8. Mohonlah supaya Tuhan menolong Anda “menawan pikiran” dan memperoleh pandanganNya mengenai segala hal.
9. Bicaralah dengan Tuhan mengenai segala hal yang berarti dalam hidup Anda.
10. *“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur. Damai sejahtera Allah, yang melampaui segala akal, akan memelihara hati dan pikiranmu dalam Kristus Yesus” (Filipi 4:6-7).*

Bila Anda merasa cemas, ikutilah prinsip-prinsip dalam Filipi 4:6-7. Berdoalah sambil mengucapkan syukur. Mintalah kepada Tuhan apa yang Anda perlukan. Bila Anda masih merasa cemas, tanyalah kepadaNya apa sebabnya. Keterangan yang lebih lengkap tentang prinsip-prinsip ini ada di langkah 11 dari “Proses Langkah-demi-Langkah – Hidup Diluar Ketakutan” di “Lampiran 2: Hidup Diluar Ketakutan” yang ada di “Modul 10: Mengganti Pola Kebiasaan Tidak Sehat”. Lihat juga “Modul 5: Mematahkan Benteng Di Dalam Diri Sendiri”, “Modul 6: Kesembuhan dari Luka Batin” dan “Modul 10: Mengganti Pola Kebiasaan Tidak Sehat”.

11. *“Jadi akhirnya, saudara-saudara, semua yang benar, semua yang mulia, semua yang adil, semua yang suci, semua yang manis, semua yang sedap didengar, semua yang disebut kebajikan dan patut dipuji, pikirkanlah semuanya itu. Dan apa yang telah kamu pelajari dan apa yang telah kamu terima, dan apa yang telah kamu dengar dan apa yang telah kamu lihat padaku, lakukanlah itu. Maka Allah sumber damai sejahtera akan menyertai kamu” (Filipi 4:8-9).*

Pikirkan hal-hal baik. Praktekkan hal-hal yang Anda pelajari tentang Tuhan dan jalanNya. Mohonlah supaya Dia menolong Anda.

12. Teruslah melakukan modul-modul lain sesuai situasi Anda. Lihat “Pedoman Memilih Modul untuk Dipakai” yang ada di “Modul 1: Ringkasan dan Pengantar”.

Penggambaran Proses: Modul 11 – Menemukan Rasa Aman Sejati

- **Doa pembukaan**
- **Putuskanlah** apakah Anda mau mempercayai Tuhan sebagai dasar yang teguh. Bila demikian, **mohonlah** supaya Dia menolong Anda bertumbuh dalam hal ini.
- **Mohonlah** supaya Tuhan menunjukkan dimana Anda pernah melihat **contoh relasi aman**, meskipun contoh tsb tidak sempurna.
- **Bila** Anda **belum** mengalami atau melihat relasi yang agak aman, **mohonlah** supaya Tuhan menolong **menemukan** relasi yang demikian buat Anda.
- **Mohonlah** supaya Tuhan menunjukkan **keamanan dan perlindungan macam apa** yang Dia tawarkan, dan bagaimana keamanan dan perlindungan ini **dibandingkan** dengan relasi yang aman dan terlindung yang pernah Anda lihat di sekeliling Anda.
- **Pilihlah untuk mempercayai Tuhan** (sesuai dengan kemampuan Anda sekarang).
- **Mohonlah** supaya Tuhan menunjukkan **segala sesuatu didalam diri Anda yang membuat Anda sulit mempercayai Dia**.
- Bila sulit bagi Anda untuk mempercayai orang-orang yang berarti dimasa lalu, tanyalah Tuhan apakah ada hal-hal tertentu didalam diri mereka, sehingga Anda anggap karakter Tuhan mirip dengan mereka. Bila demikian, **mohonlah** supaya Tuhan menolong Anda **memisahkan pengertian Anda tentang karakter mereka dari karakter Dia**.
- Ketika Tuhan menolong Anda melihat lebih banyak realita tentang karakterNya, **pilihlah untuk mempercayaiNya dengan cara baru ini**. **Mohonlah** supaya Tuhan menolong Anda berjalan di jalan baru ini.
- **Mohonlah** supaya Tuhan menolong Anda **bersukacita** didalam Dia.
- **Mohonlah** supaya Tuhan menolong Anda **mempercayakan keinginan-keinginan Anda padaNya**.
- **Mohonlah** supaya Tuhan menunjukkan apakah Anda telah memilih mengikuti **keinginan-keinginan yang palsu** (yang tidak benar). Bila demikian, maka:
 - **Mengakulah** (lihat juga “Modul 4: Mengakui dan Berpaling dari Dosa”).
 - **Mohonlah** supaya Tuhan menunjukkan **keinginan-keinginan** Anda yang **sesungguhnya** yang **tersembunyi dibawah keinginan palsu tadi**.
 - **Mohonlah** supaya Tuhan menolong untuk memperoleh **keinginan-keinginan yang sebenarnya** dan bukan keinginan palsu tadi.
 - **Mohonlah** supaya Tuhan menunjukkan **apa yang menyebabkan Anda sulit mencari keinginan yang sesungguhnya**.
 - Untuk tiap hal yang diungkapkanNya, tanyalah kepadaNya **dimana Anda merasakan perasaan ini untuk pertama kali**, atau mengira bahwa hal ini yang benar. **Dapatkan pandangan Tuhan** untuk hal ini.
 - Ketika Dia mengungkapkan pandanganNya, **pilihlah** apakah Anda mau
 - **Memilih mengikuti jalanNya**
 - **MempercayaiNya** dengan keinginan Anda yang sesungguhnya dalam pergumulan ini
 - **Teruskan** melakukan proses ini sesuai keperluan.
- **Carilah ayat-ayat** dalam firman Tuhan yang berkaitan dengan kebenaran yang ditunjukkan Tuhan.
- **Mohonlah** supaya Tuhan meneruskan menunjukkan **segala sesuatu yang menghalangi Anda mempercayai Dia sepenuhnya**. Juga **mohonlah** supaya Dia meneruskan mengungkapkan semua **keinginan palsu** yang masih Anda cari. **Teruskan menawan pikiran dan perasaan Anda**. Ingatlah Anda sedang dalam **proses**. Teruskan!
- **Doa penutup**
- **Ceritakan** kepada seseorang apa yang telah dan sedang Tuhan lakukan didalam diri Anda, termasuk hal yang masih menjadi pergumulan Anda.
- **Follow-up:** lihat Modul 11.