

ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

ยับยั้งความโกรธโดยมอบความคาดหวังของเราให้กับพระเจ้า



การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่

ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

ยับยั้งความโกรธโดยมอบความคาดหวังของเราให้กับพระเจ้า

โดย เดวิด เบทตี้

คู่มือครู

ฉบับที่ 1



ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

ยับยั้งความโกรธโดยมอบความคาดหวังของเราให้กับพระเจ้า

คู่มือครู
โดย เดวิด เบทตี้
ฉบับที่ 1

ข้อพระคัมภีร์ใช้ตามฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย- TH1971 และฉบับปี 2011- THSV11
คริสตธรรมคัมภีร์ไทย ฉบับอมตธรรมเพื่อชีวิต ฉบับอมตธรรมร่วมสมัย (TNCV) และฉบับอ่านเข้าใจง่าย
(ขจง)

เอกสารทั้งหมดได้จดลิขสิทธิ์โดย Copyright © 2018, Teen Challenge USA.

เดิมที วิชานี้ได้ถูกตีพิมพ์เป็นภาษาอังกฤษชื่อ *Anger and Personal Rights 5th edition*

เอกสารเหล่านี้อนุญาตให้ผลิตและแจกจ่ายเพื่อใช้กับทีนซาลเด็นจ์และพันธกิจซึ่งคล้ายคลึงกัน ใน
คริสตจักรท้องถิ่น ในโรงเรียน องค์กรและกับบุคคล เอกสารเหล่านี้ยังดาวน์โหลดจากอินเทอร์เน็ตที่
เว็บไซต์: www.iTeenChallenge.org สงวนลิขสิทธิ์ในการผลิตและจำหน่ายนอกจากจะได้รับอนุญาตเป็น
ลายลักษณ์อักษรจากทีนซาลเด็นจ์สากล

วิชานี้เป็นส่วนหนึ่งของ *การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่* ซึ่งได้รับการพัฒนาเพื่อใช้ในคริสตจักร
ในโรงเรียน และพันธกิจเรือนจำ ทีนซาลเด็นจ์ประเทศไทย และพันธกิจซึ่งคล้ายคลึงกันที่ทำงานกับ
คริสเตียนใหม่ ในวิชานี้เรามี คู่มือครู คู่มือผู้เรียน สมุดบันทึกโครงการ การสอบ และใบประกาศนียบัตร
สำหรับผู้ที่จบการศึกษา หากสนใจรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับวิชานี้สามารถติดต่อได้ที่...

ศจ.ปรีชา แสงคง

ทีนซาลเด็นจ์ประเทศไทย

ตู้ ป.ณ. 2 คลองจั่น กทม.10240

โทรศัพท์ 08-1555-0329

Email. ps.preecha.s@gmail.com

www.teenchallengethailand.org

Global Teen Challenge

PO Box 511

Columbus, GA, 31902 USA

Email: gtc@globaltc.org

Web: www.globaltc.org และ

www.iTeenChallenge.org



ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

การเรียนรู้วิธีการแสดงออกถึงอารมณ์ความรู้สึกในวิถีทางที่เป็นปกติสุขและสอดคล้องกับหลักการพระคัมภีร์นั้นนับว่าเป็นสิ่งที่ท้าทายสำหรับคริสเตียนใหม่ทั้งหลาย ถ้าจะพูดอย่างเจาะจงอารมณ์โกรธคือการดิ้นรนต่อสู้อย่างหนึ่งในชีวิตคริสเตียนที่พยายามจะปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระเยซูในแต่ละวันของชีวิต จุดประสงค์ของวิชานี้คือเพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสมองดูว่าความโกรธในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อวิถีทางที่กำลังดำเนินอยู่อย่างไรบ้าง และเพื่อให้ค้นพบวิถีทางใหม่ๆ ในการรับมืออย่างสร้างสรรค์ต่ออารมณ์ความรู้สึกที่เต็มไปด้วยพลังนี้

1

บทที่ 1 เราได้ใช้ความโกรธในชีวิตเราอย่างไรบ้าง?

เราจะวิเคราะห์ว่าอะไรทำให้เราโกรธและเราแสดงความโกรธออกมาอย่างไร เราจะพยายามค้นหาว่าอะไรที่ทำให้ความโกรธมีอำนาจอย่างมากในชีวิตเรา

2

บทที่ 2 เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?

ในส่วนนี้เราจะสำรวจว่าสิทธิส่วนบุคคลของเราส่งผลกระทบต่อความโกรธของเรา เราจะอภิปรายถึงวิธีการที่เราสามารถมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้าและผลหลังจากที่เรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้าแล้ว

3

บทที่ 3 พระเจ้าตรัสอะไรเกี่ยวกับความโกรธ?

เราจะตอบคำถามที่ว่าความโกรธเป็นบาปหรือไม่? เราจะศึกษาจากชีวิตคนในพระคัมภีร์หลายๆ คนและมองดูวิธีการที่พวกเขารับมือกับความโกรธในชีวิตของพวกเขา และจะพิจารณาถึงสิ่งที่ทำให้พระเจ้าทรงพิโรธด้วย

4

บทที่ 4 เราจะใช้ความโกรธในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยได้อย่างไร?

จุดประสงค์หลักของบทนี้คือเพื่อที่จะค้นหาวิถีทางในทางปฏิบัติของการจัดการกับความโกรธของเรา ประเด็นที่เน้นเป็นพิเศษคือเรื่องวิถีใหม่ๆ ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ทำให้เราเกิดความโกรธ เรายังจะดูว่าคุณสมบัติด้านบวกและขอบเขตที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานพระคัมภีร์นั้นสามารถช่วยให้เราใช้ความโกรธในวิถีทางที่พอพระทัยพระเจ้าได้อย่างไร

เนื้อหาในคู่มือครูมีอะไรบ้าง?

เนื้อหาในคู่มือครูแบ่งออกเป็นสี่ส่วน แต่ละส่วนมีหัวข้อใหญ่

1. แผนการสอนบทเรียนสำหรับครู
2. คู่มือผู้เรียน
3. สมุดบันทึกโครงการ
4. การสอบ และใบประกาศนียบัตรสำหรับผู้จบการศึกษา

ถัดจากบทนำจะอธิบายเกี่ยวกับวิธีการใช้ในแต่ละส่วน

คำนำ

วิชานี้เป็นหนึ่งในวิชาชุด การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ ซึ่งเขียนขึ้นมาเพื่อช่วยคริสเตียนใหม่สามารถนำคำสอนของพระคริสต์มาปฏิบัติในชีวิตได้ นอกจากนี้วิชานี้ยังสามารถใช้สอนกลุ่มอนุชนและกลุ่มผู้ใหญ่ที่ต้องการดำเนินชีวิตเยี่ยงคริสเตียนที่ดีในชีวิตประจำวันได้ด้วย

วัตถุประสงค์หลักของวิชานี้และทุกวิชาใน การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ คือการแนะนำให้คริสเตียนใหม่มีความเข้าใจถึงชีวิตตามทัศนคติของคริสเตียน

คณะกรรมการหลักสูตร Teen Challenge USA ได้วางแผนเพื่อแก้ไขปรับปรุงบทเรียนเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง จึงมีความยินดีรับทุกคำติชมของท่านเพื่อการปรับปรุงเนื้อหาของบทเรียนนี้ให้ดีขึ้น

วิธีการใช้คู่มือครูฉบับนี้

1. แผนการสอนบทเรียนสำหรับครู

หน้าแรกๆ เป็นการให้ภาพรวมของวิชานี้

หน้าต่อไปเป็นการคัดลอก รายการการบ้าน ซึ่งเป็นหน้าสุดท้ายอยู่ใน สมุดบันทึกโครงการ ในหัวข้อ การบ้าน ผู้เรียนจะต้องใส่วันกำหนดส่งโครงการต่างๆ และเวลาสอบและเวลาทำแบบทดสอบย่อยแต่ละครั้ง โดยครูจะบอกให้จดบันทึกเมื่อเริ่มต้นสอน

หน้าต่อไปเป็นแผนการสอนของบทเรียนแต่ละบท แต่ละบทเรียนมี **หลักความจริงจากพระคัมภีร์** และ **ข้อพระธรรมหลัก** ซึ่งครูจะต้องบอกผู้เรียนตั้งแต่เริ่มต้นเรียน หัวข้อทั้งสองจะช่วยให้การอภิปรายอยู่ในขอบเขตของบทเรียนหน่วยนี้

นอกจากหลักความจริงจากพระคัมภีร์ และข้อพระธรรมหลักแล้ว ยังมีข้อแนะนำเกี่ยวกับวิธีการสอนบทเรียนนี้ด้วย หลายครั้งจะมีการอ้างอิงคู่มือผู้เรียน หรือ โครงการต่างๆ ในสมุดบันทึกโครงการ

บทเรียนแต่ละบทจะมีกิจกรรมเพื่อประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว กิจกรรมเหล่านี้สำคัญมาก คริสเตียนใหม่ต้องการคำแนะนำที่ชัดเจนว่าเขาจะนำคำสอนจากพระคัมภีร์เหล่านี้ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างไร ดังนั้นคุณครูจึงต้องให้เวลามากพอเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเริ่มประยุกต์ใช้บทเรียนกับชีวิตส่วนตัว

ในตอนท้ายของแผนการสอนบทเรียนแต่ละบทจะมีการบ้านให้ผู้เรียนทำ

วิชาเรียนนี้มีทั้งหมด 14 วิชาแต่ละวิชามีห้าคาบเรียน คาบเรียนละหนึ่งชั่วโมง และผู้เรียนจะมีการสอบในคาบเรียนสุดท้าย ทั้ง 14 วิชาที่เราสามารถสอนให้เสร็จได้ภายใน 3-4 เดือนสำหรับสอนสัปดาห์ละห้าวัน แต่ถ้าสอนเพียงสัปดาห์ละชั่วโมงเดียว จะสามารถสอนได้เดือนละหนึ่งวิชา—ดังนั้นถ้าจะสอนให้ครบทุกวิชา ต้องใช้เวลาทั้งหมดหนึ่งปี หลายบทเรียนสามารถสอนขยายเวลาออกไปได้นานกว่านี้อีก หรือแบ่งเป็นคาบเรียนได้มากกว่านี้

2. คู่มือผู้เรียน

คู่มือผู้เรียนมีสองวัตถุประสงค์ สำหรับบางบทเรียนครูจะให้ผู้เรียนไปอ่านบางตอนในคู่มือผู้เรียนเพื่อเตรียมตัวไว้ก่อนที่ท่านจะลงมือสอน บางบทเรียนให้ผู้เรียนอ่านหลังจากที่ท่านสอนบทเรียนไปแล้วเพื่อทบทวนและเน้นในสิ่งที่ได้สอนในชั้นเรียน

ผู้เรียนควรบันทึกสิ่งที่เรียนในชั้นเรียนแม้ว่าจะมีคู่มือผู้เรียนแล้ว การบันทึกส่วนตัวของผู้เรียนและการอภิปรายในชั้นเรียนจะช่วยทำให้บทเรียนบางเรื่องในคู่มือผู้เรียนชัดเจนมากขึ้น

3. สมุดบันทึกโครงการ

โครงการในสมุดบันทึกโครงการมีไว้เพื่อให้ผู้เรียนทำงานนอกชั้นเรียน โครงการบางโครงการจะช่วยเตรียมผู้เรียนให้มีความพร้อมสำหรับการอภิปรายในชั้นเรียนต่อไป

โครงการหลายโครงการมีไว้เพื่อช่วยให้ผู้เรียนได้ศึกษาอย่างลึกซึ้งซึ่งมากสำหรับบางเรื่องที่มีการอภิปรายในชั้นเรียน เป้าหมายหลักของการบ้านเหล่านี้คือเพื่อช่วยให้ผู้เรียนค้นพบวิธีการประยุกต์ความจริงจากพระคัมภีร์ใช้กับการดำเนินชีวิตประจำวันได้

4. การสอบของผู้เรียน

การสอบมีไว้เพื่อวัดความก้าวหน้าของผู้เรียนแต่ละคนในเรื่องความเข้าใจความจริงสำคัญตามหลักพระคัมภีร์ซึ่งสอนในวิชานี้ คู่มือครูแต่ละเล่มมีตัวอย่างข้อสอบของผู้เรียนพร้อมเฉลยคำตอบซึ่งอยู่ข้างหลังของคู่มือ

5. ใบประกาศนียบัตร

ผู้เรียนที่ทำงานที่ได้รับมอบหมายของวิชานี้เสร็จเรียบร้อยแล้ว และผ่านการสอบ สมควรได้รับใบประกาศนียบัตรของวิชานี้ ตัวอย่างของใบประกาศนียบัตรนี้มีอยู่ในหน้าสุดท้ายของคู่มือครูฉบับนี้ ผู้เรียนที่เรียนครบทั้ง 14 วิชาของ การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ ควรได้รับใบประกาศนียบัตรแห่ง

ความสำเร็จ ตัวอย่างประกาศนียบัตรนี้มีอยู่ในหนังสือ คำแนะนำสำหรับครูผู้สอนหลักสูตร การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่

ที่มาของบทเรียน

ซาโลมอนได้กล่าวไว้ว่าไม่มีอะไรใหม่ภายใต้ดวงอาทิตย์ ซึ่งความจริงนี้สามารถใช้ได้กับบทเรียนนี้ ความคิดในหลายๆ เรื่องไม่ใช่สิ่งใหม่ เราต้องการแสดงความยินดีกับ Institute in Life Principles สำหรับอิทธิพลที่มีต่อชีวิตของผู้เขียนบทเรียนเหล่านี้

ข้าพเจ้าขอแสดงความยินดีอย่างจริงใจกับคุณครูหลายคนและคริสเตียนใหม่หลายคนซึ่งเคยใช้คู่มือเหล่านี้ในช่วงเวลาหลายปีที่ผ่านมา ความคิดเห็นของเขาเหล่านี้ได้มีส่วนสำคัญในการพัฒนาวิชาเหล่านี้ให้ดีขึ้น ข้าพเจ้ารู้สึกขอบคุณกับคุณดอน วิลเคอร์สัน ที่ได้ให้โอกาสข้าพเจ้าได้ทำงานกับกลุ่มทีนชาล์ไลน์ในเมืองบรูคลิน นิวยอร์ก ตั้งแต่ปี 1971–1975 และในช่วงเวลาเหล่านั้นเองที่ได้มีการเริ่มพัฒนาการศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่เป็นครั้งแรก

การจัดพิมพ์วิชาการศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ครั้งนี้ได้ทำขึ้นด้วยความช่วยเหลือจากกรรมการหลักสูตรของทีนชาล์ไลน์ประเทศสหรัฐอเมริกา ต้องขอขอบพระคุณเป็นพิเศษสำหรับคนเหล่านั้นที่ช่วยในการปรับปรุงหลักสูตร

นโยบายเกี่ยวกับการพิมพ์ซ้ำคู่มือเหล่านี้

คู่มือครูและเอกสารของผู้เรียนซึ่งใช้ในวิชา การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ เป็นเอกสารที่ได้จดลิขสิทธิ์ และได้มีการตกลงให้แปลคู่มือเหล่านี้เป็นภาษาไทย คู่มือเหล่านี้อาจพิมพ์ซ้ำและแจกจ่ายให้ใช้ในกลุ่มทีนชาล์ไลน์ โปรแกรมคล้ายๆ กัน คริสตจักรท้องถิ่น โรงเรียนและองค์กรอื่นๆ และใช้กับบุคคลทั่วไป เอกสารเหล่านี้สามารถดาวน์โหลดได้จาก อินเทอร์เน็ตเว็บไซต์: www.iTeenChallenge.org อย่างไรก็ตามคู่มือเหล่านี้ไม่ได้มีไว้เพื่อขาย แต่มีไว้เพื่อแจกเท่านั้น ถ้าต้องการจะพิมพ์บทเรียนเหล่านี้เพื่อจัดจำหน่ายจะต้องขออนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากกลุ่มทีนชาล์ไลน์สากล

เดฟ แบทตี้

แนะนำลำดับในการสอน

วิชานี้เป็นหนึ่งในบรรดาวิชาต่างๆ ในชุดของ การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ 14 วิชา ทั้ง 14 วิชานี้ได้ให้ไว้ข้างล่างเพื่อให้สอนตามลำดับ รายการลำดับนี้ได้ให้ไว้เพื่อให้การสอนเป็นไปอย่างต่อเนื่อง เปรียบเทียบเป็นภาพของล้อที่มีซี่ล้อ 14 ซี่ วิชาเหล่านี้ไม่ต่อกัน แต่ละวิชาเป็นเอกเทศ ดังนั้นผู้เรียนสามารถเข้าชั้นไหนก็ได้ และสามารถเรียนเข้าใจได้

1. เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเราเป็นคริสเตียน
2. การสำรวจพระคัมภีร์อย่างคร่าวๆ
3. ท่าที่
4. การทดลอง
5. ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตคริสเตียน
6. การเติบโตผ่านความผิดพลาด
7. แนวทางปฏิบัติของคริสเตียน
8. การเชื่อฟังพระเจ้า
9. การเชื่อฟังมนุษย์
10. ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล
11. วิธีศึกษาพระคัมภีร์
12. รักและยอมรับตนเอง
13. ความสัมพันธ์ส่วนตัวกับคนอื่นๆ
14. ฤทธิ์อำนาจฝ่ายวิญญาณและสิ่งที่เหนือธรรมชาติ

หนังสือ คำแนะนำสำหรับครูผู้สอนหลักสูตร การศึกษาในกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ มีข้อมูลเพิ่มเติมในการสอนวิชานี้

แผนการสอนบทเรียนสำหรับครู

ให้ตรวจสอบหน้าที่ 4 และ 5 ของ “วิธีการใช้คู่มือครู”
เพื่อจะได้ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการใช้แผนการสอนบทเรียนเหล่านี้

ภาพรวมของวิชานี้

1. วิชานี้มีแนวโน้มว่าจะเป็นประเด็นที่ก่อให้เกิดการโต้แย้งกันอย่างมาก แต่ก็ยังเป็นวิชาที่น่าสนใจสำหรับผู้เรียน ในที่นี้มีแผนการสอน 9 บทเรียน และบทเรียนที่ 10 เป็นการสอบ
2. **ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล** เป็นวิชาที่มีอิทธิพลมากที่สุดจากทั้งหมด 14 วิชาในหลักสูตร การศึกษาเป็นกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ วิชานี้สามารถเปลี่ยนชีวิตผู้เรียนหลายคน
3. ขอให้แนะนำวิชานี้แก่ผู้เรียนประมาณหนึ่งหรือสองวันก่อนที่จะเริ่มเรียนคาบแรก พร้อมกับมอบหมายการบ้านชิ้นแรกแก่ผู้เรียนด้วย โครงการแรกในสมุดบันทึกโครงการนั้นจำเป็นต้องทำให้เสร็จก่อนที่คาบเรียนแรกจะเริ่ม ให้คู่มือผู้เรียนพร้อมกับให้ผู้เรียนอ่านบทที่ 1 ซึ่งจะมีการอภิปรายในคาบเรียนแรกด้วย
4. ในหน้าถัดไปของคู่มือครูจะมีสำเนา **รายการการบ้าน** ซึ่งมีกำหนดเวลาว่าเมื่อไหร่ที่การบ้านแต่ละอย่างควรทำเสร็จสมบูรณ์ ให้ผู้เรียนใส่วันที่ในช่องที่กำหนดให้ในหน้า **รายการการบ้าน** ซึ่งอยู่ด้านหลังสมุดบันทึกโครงการ
5. โครงการที่ 3 และ 4 ในสมุดบันทึกโครงการนั้นเรียกร้องให้ผู้เรียนผูกพันตัวต่อพระเจ้าในด้านการมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้า กิจกรรมนี้คุณไม่ควร เรียกร้อง ให้ผู้เรียนทำ ต้องให้ผู้เรียนเป็นคนตัดสินใจที่จะนำคำสอนเหล่านี้ไปใช้ในชีวิตของเขาเอง ครูตัดสินใจแทนไม่ได้
โครงการที่ 3 และ 4 มีไว้เพื่อติดตามผลบทเรียนที่ 2 โดยโครงการที่ 3 อาจถูกใช้ในคาบเรียนนั้น ส่วนโครงการที่ 4 เป็นโครงการทางเลือก ในแผนการสอนบทเรียนสำหรับคุณ มีคำแนะนำเพิ่มเติมไว้ให้แล้วสำหรับโครงการเหล่านี้
6. ในการสอนประเด็นต่างๆ ตลอดวิชานี้ให้กำหนดขอบเขตของการอภิปรายว่าเราจะให้มีการอภิปรายเฉพาะสถานการณ์จริงเท่านั้น โดยจะไม่ใช่เหตุการณ์สมมุติในการอภิปรายหรือคำถาม ประเภท “จะเกิดอะไรขึ้นหากว่า...?” ซึ่งผู้เรียนอาจยกขึ้นมาถาม จงจำกัดการอภิปรายไว้เฉพาะกรณีที่เกิดขึ้นจริงเท่านั้น การทำเช่นนี้จะทำให้เราทำตามเป้าหมายของแต่ละบทเรียนได้ง่ายขึ้น
7. ผู้เรียนบางคนอาจมีสถานการณ์อื่นๆ ในชีวิตซึ่งทำให้พวกเขามีปัญหาใหญ่ในเรื่องความโกรธ เช่น การถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยเด็ก การถูกทำให้บาดเจ็บลึกๆ ในใจโดยการทรยศของคนอื่น หรือปัญหาร้ายแรงอื่นๆ ซึ่งแจกับผู้เรียนวิชานี้ไม่สามารถแก้ไขไศกนาฏกรรมทั้งหมดในอดีตของพวกเขาโดยทันที อาจจำเป็นต้องติดตามผลในผู้เรียนบางคนเป็นการส่วนตัวเพื่อคอยช่วยเหลือหรือมีผู้ให้คำปรึกษาคนอื่น
8. ผู้เรียนบางคนอาจต้องการความช่วยเหลือที่มากกว่าคนอื่นๆ เกี่ยวกับกระบวนการสร้างวิถีทางใหม่ๆ ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งพวกเขาโดยปกติมักใช้ความโกรธ

รายการการบ้าน

ชื่อวิชา _____ ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล _____

แบบทดสอบย่อย

	ข้อท่องจำ	วันที่
1.	เอเฟซัส 4:26-27	วันที่ 3
2.	ยากอบ 1:19-20	วันที่ 4
3.	สุภาษิต 15:1	วันที่ 7

โครงการ วันกำหนดส่งงาน

1. วันที่ 1
2. วันที่ 2
3. วันที่ 3
4. ทางเลือก (ติดตามผลของบทเรียนที่ 2)
5. วันที่ 4
6. วันที่ 4
7. วันที่ 5
8. วันที่ 6 หรือ 7
9. วันที่ 8 หรือ 9
10. วันที่ 9

การสอบ _____ วันที่ 10

1

บทเรียนที่ 1

เราสามารถใช้ความโกรธในชีวิตเราอย่างไรบ้าง?

1. **หลักความจริงจากพระคัมภีร์**

เราต้องสำรวจดูว่าความโกรธมีผลกระทบต่อชีวิตเราอย่างไรบ้าง

2. **ข้อพระธรรมหลัก: เอเฟซัส 4:26-27 (ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971)**

จะโกรธก็โกรธได้ แต่อย่าทำบาป อย่าให้ถึงตะวันตกแล้วยังโกรธอยู่ อย่าให้โอกาสแก่มาร

3. **การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน**

บทที่ 1 ของคู่มือผู้เรียนจะถูกนำมาใช้ร่วมกับบทเรียนนี้ รวมถึงโครงการที่ 1 “การแยกแยะความโกรธของเรา” ในสมุดบันทึกโครงการ

4. **การเตรียมตัวล่วงหน้าของคุณ**

ขณะที่เราเตรียมตัวสอนบทเรียนนี้มีประเด็นหลักสามประการที่เราจำเป็นต้องให้ความสนใจเป็นพิเศษ เพื่อให้แน่ใจว่าเราสอนครอบคลุมประเด็นเหล่านี้ในบทเรียน

1. มีวิธีการที่แตกต่างกันของบุคคลในการแสดงออกถึงความโกรธของตน
2. ความโกรธเป็นเหมือนกับนักเลงและแสวงหาที่จะครอบงำชีวิตของเรา (# 10 ในหน้าที่ 15 ของแผนการสอนนี้)
3. เราจำเป็นต้องรับผิดชอบต่อความโกรธของตนเอง (# 12 ในหน้าที่ 15 ของแผนการสอนนี้)

ในสองประเด็นทำยนี้ถือเป็นสองหัวข้อสำคัญที่ต้องเป็นส่วนหลักของการทบทวนในแต่ละคาบเรียน เราอาจทำโปสเตอร์ที่มีข้อความทั้งสองนี้ และแขวนไว้ที่ผนังห้องเรียนตลอดเวลานี้

5. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (3-5 นาที)

ก. เรื่องราวเกี่ยวกับความโกรธ

ให้เริ่มต้นบทเรียนในวันนี้ด้วยเรื่องราวเกี่ยวกับความโกรธ ขอให้แบ่งปันสักตัวอย่างหนึ่งจากชีวิตของเราเอง หรืออาจใช้เรื่องราวของผู้เรียนรุ่นก่อน หรือตัวอย่างจากชีวิตครอบครัวของเราก็ได้ หรือยกตัวอย่างจากข่าวที่แสดงให้เห็นภาพของความโกรธและผลลัพธ์ที่ก่อให้เกิด ความเสียหาย ใช้เรื่องราวเหล่านี้เพื่อชี้ให้ผู้เรียนไปสู่หลักความจริงจากพระคัมภีร์วันนี้

ข. วิดีโอเรื่องสั้นของ “ฮัลคจอมพลัง”

เปิดหนังเรื่อง “ฮัลคจอมพลัง” สักช่วงหนึ่งเพื่อแสดงให้เห็นว่าเกิดอะไรขึ้นเมื่อชายคนนี้ได้ถูก ทำให้โกรธ นี่อาจไม่ใช่ตัวอย่างฝ่ายวิญญาณสักเท่าไร แต่ก็แสดงให้เห็นถึงประเด็นที่ว่าความ โกรธมักเปลี่ยนเรา เป็นบุคคลที่แตกต่างออกไปเมื่อเรายอมให้ความโกรธควบคุมตัวเรา

6. แนะนำวิชานี้ในเรื่องของความโกรธ (2-3 นาที)

ขณะที่เราเริ่มต้นคาบเรียนแรกนี้ให้ทวนใจผู้เรียนว่า วิชานี้อาจจะเป็นจุดหักเหที่สำคัญต่อชีวิตของเขา มากกว่าครึ่งหนึ่งของผู้เรียนในอดีตเคยระบุว่า วิชานี้เป็นวิชาหนึ่งจากจำนวนทั้งหมด 14 วิชาในหลักสูตร การศึกษาเป็นกลุ่มสำหรับคริสเตียนใหม่ ที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อชีวิต

นี่อาจเป็นวิชาที่ยากมากสำหรับผู้เรียนบางคน แต่หากเขาตั้งใจฟังพระเจ้าตลอดการเรียนเขาจะเข้าใจวิธีเอาชนะอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตของเขาได้

ในคาบเรียนแรกนี้เราจะมาดูวิถีทางที่เราได้ใช้ความโกรธของเราในอดีต

7. แนะนำหัวข้อ ก. เราแสดงความโกรธออกมาให้เห็นอย่างไร?

(10-15 นาที) ดูคู่มือผู้เรียนหน้า 4-9

ในคู่มือผู้เรียนได้พูดถึงวิถีทางที่แตกต่างกันอย่างน้อย 9 อย่างซึ่งผู้คนได้แสดงความโกรธของตนออกมา แทนที่เราจะเริ่มต้นคาบเรียนนี้ด้วยหัวข้อจากคู่มือผู้เรียน ให้เราใช้กิจกรรมต่อไปนี้ในการเริ่มต้นแทน

ให้ผู้เรียนเขียนว่ามีวิธีการที่แตกต่างซึ่งผู้คนมักจะแสดงความโกรธของตนอย่างไรบ้าง จากนั้นให้เขียนคำตอบของทุกคนบนกระดานหรือกระดานขนาดใหญ่ ให้ผู้เรียนช่วยเขียนคำตอบ

1

สิ่งที่สำคัญคือให้เตรียมตัวอย่างประกอบสำหรับแต่ละประเด็นไว้ด้วย ให้ผู้เรียนยกตัวอย่างในแต่ละประเด็น อาจให้ผู้เรียนแบ่งปันตัวอย่างจากโครงการที่ 1 ในสมุดบันทึกโครงการ “การแยกแยะความโกรธของเรา” โครงการที่ 1 ส่วนที่ 1 นี้ ให้ผู้เรียนเขียนสองสถานการณ์ที่แตกต่างกันซึ่งทำให้พวกเขาเกิดความโกรธ

อภิปรายถึงผลลัพธ์ของการตอบสนองที่แตกต่างกันนี้ นำผู้เรียนให้ย้อนกลับไปดูข้อพระธรรมหลักสำหรับวันนี้ ความโกรธกลายเป็นที่อาศัยของวิญญาณชั่วในการทดลองเราให้ทำบาปในการตอบสนองด้วยความโกรธ

ในขณะที่เราพูดถึงวิถีทางที่แตกต่างกันซึ่งผู้คนแสดงความโกรธออกมานั้น ให้ผู้เรียนให้ระบุด้วยว่าเขาใช้ว่าวิถีทางใดบ่อยที่สุด

8. ใช้โครงการที่ 1 “การแยกแยะความโกรธของเรา” (4-6 นาที)

ในส่วนที่ 2 ของโครงการที่ 1 นั้นยังมีรายการวิถีทางที่แตกต่างกัน 9 ประการซึ่งผู้คนแสดงความโกรธของตน ให้ผู้เรียนเขียนคำตอบให้เสร็จ ถ้ายังไม่ได้ทำก็ให้ตอบให้เสร็จเร็วๆ

ให้ผู้เรียนแบ่งปันเกี่ยวกับโครงการที่ 1 ส่วนที่ 2 สามารถทำโครงการนี้ในอีกแบบหนึ่งคือเขียนทั้ง 9 วิธีบนกระดาษโปสเตอร์ จากนั้นให้ผู้เรียนเขียนตัวเลขเพื่อให้คะแนนแต่ละวิถีว่าวิถีใดได้คะแนนสูงสุดในกรณีมีมากกว่าหนึ่งวิถีที่ได้คะแนนสูงสุดก็ให้ผู้เรียนเสนอทุกวิถีที่ได้คะแนนสูงสุด

ให้ทำเครื่องหมายบนกระดาษโปสเตอร์ที่เขียนวิธีการทั้ง 9 นี้สำหรับการตอบสนองของผู้เรียนแต่ละคน หลังจากที่ผู้เรียนทั้งหมดเขียนคำตอบแล้ว ซึ่งให้ผู้เรียนเห็นถึงความหลากหลายของการตอบสนองที่สะท้อนออกมาจากวิธีการทั้ง 9 นี้

9. ครอบคลุมหัวข้อ ข. อะไรที่ทำให้ความโกรธมีอำนาจอย่างมากในชีวิตเรา?

(5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 9-11

ความโกรธเป็นอารมณ์ที่ทรงพลังมาก มีอำนาจมากเสียจนอาจควบคุมการตอบสนองของคนๆ หนึ่งไปสู่สถานการณ์บางอย่างได้

จงอภิปรายถึงสามประเด็นต่อไปนี้ในคู่มือผู้เรียน สิ่งเหล่านี้คือเชื้อเพลิงที่เติมความโกรธ

- ความกลัว
- ความเจ็บปวด
- ความคับแค้นใจ

ในขณะที่เราอภิปรายแต่ละประเด็นเหล่านี้ ให้ยกตัวอย่างจากชีวิตของผู้สอน หรือให้ผู้เรียนแบ่งปัน สิ่งที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตเขาจากประเด็นเหล่านี้

ในประเด็นแรกเรื่องความกลัวนั้น นี่อาจเป็นเรื่องที่ยากที่สุดสำหรับผู้เรียนที่จะเข้าใจได้ ผู้ชายมักชอบใช้ความโกรธเป็นพิษในการตอบสนองเมื่อรู้สึกกลัว ให้ผู้เรียนยกตัวอย่างที่เข้ากับทั้งสามประเด็นนี้ เรื่องการเติมเชื้อเพลิงให้กับความโกรธ

10. ครอบคลุมหัวข้อ ข.-4 ความโกรธเป็นเหมือนกับนักแสดงในชีวิตของเราหรือไม่?

(3-5 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 11

แนวความคิดที่ว่าความโกรธเป็นเหมือนกับนักแสดงในชีวิตของผู้เรียนนั้นเป็นประเด็นที่มีความสำคัญยิ่งในวิชานี้ เมื่อเราโกรธบ่อยครั้งเรามักจะพูดบางสิ่งที่ทำให้เราต้องเสียใจในภายหลัง หรืออาจทำสิ่งที่ทำให้เราต้องยุ่งยากลำบากในภายหลัง เมื่อพูดถึงประเด็นนี้อย่าให้ผู้เรียนพูดถึงวิธีการแก้ปัญหา จุดประสงค์ของกิจกรรมนี้ก็คือทำให้ผู้เรียนเห็นว่าความโกรธเป็นเหมือนกับนักแสดงในชีวิตพวกเขา

เราจะใช้แนวความคิดนี้เมื่อเราพูดถึงขั้นตอนต่างๆ ที่ผู้เรียนสามารถทำในการจัดการกับปัญหาความโกรธของตนตลอดการเรียนวิชานี้

11. แนะนำหัวข้อ ค. ความโกรธเข้ามามีบทบาทในชีวิตเรามากขนาดนั้นได้อย่างไร? และ

ครอบคลุมเนื้อหา ค.-1 เราได้เรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธของเรา

(2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 12

สิ่งสำคัญคือเราต้องช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจว่าเขามาถึงจุดที่แสดงความโกรธของตนในวิถีทางที่เขาเป็นอยู่ในทุกปัจจุบันได้อย่างไร ซึ่งให้ผู้เรียนเห็นว่าเขาได้เรียนรู้ที่จะแสดงความโกรธด้วยวิธีการเหล่านั้น และไม่ว่าเขาจะได้รับการเรียนรู้มาอย่างไรเขาก็สามารถ “ยกเลิกการเรียนรู้” นั้นได้เช่นกัน นั่นคือผู้เรียนสามารถจะเรียนรู้วิธีการใหม่ๆ ในการตอบสนองเมื่อโกรธได้

12. ครอบคลุมหัวข้อ ค.-2 เราจำเป็นต้องรับผิดชอบต่อความโกรธของเรา

(3-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 13

หนึ่งในประเด็นหลักที่เราต้องการจะเน้นในส่วนนี้ก็คือ เราทุกคนจะต้องรับผิดชอบต่ออารมณ์โกรธของเรา เป็นเรื่องง่ายมากที่เราจะพูดและเชื่อว่า “คุณทำให้เราโกรธ!” ในความเป็นจริงก็คือเราแต่ละคนเลือกที่จะใช้ความโกรธเพราะนี่เป็นอารมณ์ของเรา และเราไม่อาจกล่าวโทษคุณสำหรับ “การทำ” ให้ฉันเกิดความโกรธได้ ใช่ คุณอาจทำบางสิ่งทีเลวร้ายและสร้างความเจ็บปวดมาก ซึ่งเป็นธรรมชาติฉันจะตอบสนองด้วยความโกรธ แต่นั่นก็ยังเป็นทางเลือกของฉันอยู่ดีที่จะโกรธ

1

ณ จุดนี้อาจเป็นโอกาสที่ดีที่จะพูดคุยว่า “คุณทำให้ฉันโกรธ” หมายความว่าอย่างไรจริงๆ ความหมายจริงๆ ก็คือ “คุณควบคุมฉันไว้ คุณเป็นเจ้านายของฉัน” ถ้าหากมีใครบางคนจี๊ดๆ ของเรา แล้วเราตอบสนองด้วยความโกรธ ก็หมายความว่า บุคคลนั้นกำลังควบคุมชีวิตของเราอยู่ แล้วเราต้องการให้บุคคลนั้นควบคุมชีวิตของเราหรือไม่?

เหตุผลเดียวที่บุคคลนั้นควบคุมชีวิตเราได้ก็คือเราให้สิทธิ์ในการควบคุมนี้แก่เขา เพราะเมื่อเรายอมให้อีกคนหนึ่งทำให้เราโกรธ การยอมเช่นนั้นหมายความว่าเรามอบการควบคุมอารมณ์ของเราให้แก่บุคคลนั้น แทนที่เราจะเลือกกว่าเมื่อไหร่และอย่างไรที่เราจะตอบสนองด้วยอารมณ์ เราได้ให้อำนาจนั้นแก่บุคคลนั้นไปแล้ว นั่นคือสิ่งที่เราอยากจะทำกับชีวิตของเราจริงๆ หรือ? เราอยากให้บุคคลนี้ผู้ซึ่งทำให้เราโกรธนั้นเป็นผู้ควบคุมชีวิตของเราหรือไม่? พูดตรงๆ ก็คือ เราต้องการจะเป็นทาสของบุคคลนั้นหรือไม่?

ประเด็นหลักที่ต้องการจะครอบคลุมเนื้อหาในจุดนี้ก็คือว่า ผู้เรียนต้องรับผิดชอบต่อการตอบสนองด้วยความโกรธของตนเอง อาจทำไปสเตอร์แว่นไว้ที่ผนังห้องเรียนโดยเขียนว่า “ฉันต้องรับผิดชอบต่อความโกรธของตนเอง” นี่เป็นหนึ่งในประเด็นที่สำคัญที่สุดที่ผู้เรียนจะได้รับจากการเรียนวันนี้

13. ครอบคลุมหัวข้อ ค-3 ความโกรธสามารถกลายเป็นการเสพติด

(2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 13

ขณะที่สอนเรื่องนี้ ให้ผู้เรียนแบ่งปันประสบการณ์ส่วนตัวหรือตัวอย่างอื่น ๆ ที่สะท้อนให้เห็นถึงพลังของการเสพติดความโกรธ อาจมีบางคนในชั้นเรียนที่อยากพูดคุยเกี่ยวกับความโกรธที่เกินควบคุมจนเขาไม่สามารถหยุดยั้งมันได้

ในความเป็นจริงก็คือความโกรธของเราสามารถนำไปถึงจุดที่ดูเหมือนว่าความโกรธกำลังควบคุมเราอยู่ แทนที่เราจะเป็นผู้ควบคุมมัน

14. การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว (5-8 นาที)

ก. ในขณะที่เรานำผู้เรียนให้ประยุกต์ใช้บทเรียนนี้กับชีวิตส่วนตัว ให้ผู้เรียนได้ยึดหลักความจริงจากพระคัมภีร์ “เราต้องสำรวจดูว่าความโกรธมีผลกระทบต่อชีวิตเราอย่างไรบ้าง” ผู้เรียนจะได้เห็นหาหนะที่ความโกรธนำมาสู่ชีวิตของเขาและสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่นอย่างไร

ทางเลือกหนึ่งก็คือให้ผู้เรียนเขียนบันทึกว่าความโกรธเป็นอำนาจในทางทำลายใน ชีวิตของตนเองอย่างไรบ้าง ความโกรธก่อเกิดหาหนะอย่างไรบ้างในชีวิตผู้เรียนและคนที่เขารักหลังจากนั้นเราอาจจับบทเรียนนี้ด้วยการอธิษฐานขอความช่วยเหลือจากพระเจ้าในการเริ่มต้นการเปลี่ยนแปลงวิถีทางของเราในการแสดงความโกรธ

- ข. ให้ผู้เรียนตอบคำถามในหน้าที่ 11 ของคู่มือผู้เรียน “*ความโกรธเป็นเหมือนกับนักร้องในชีวิตของเราหรือไม่?*” ให้ผู้เรียนคิดว่าเกิดอะไรขึ้นภายในเมื่อเขาโกรธ หนุ่ใจให้ผู้เรียน เขียนสิ่งที่เขาคิดได้ไว้
- ค. ทำท่ายผู้เรียนให้เริ่มต้นจดบันทึกประสบการณ์ประจำสัปดาห์นี้เกี่ยวกับสถานการณ์ต่างๆที่ทำให้เขาเกิดความโกรธ ตัวอย่างเหล่านี้จะถูกนำมาใช้ในคาบเรียนที่เหลือเมื่อเรามองหา วิธีทางใหม่ๆ ในการรับมือกับความโกรธของเรา ให้ผู้เรียนพยายามระบุว่าอะไรคือตัวกระตุ้นให้เขารู้สึกโกรธในแต่ละเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

15. การบ้าน

- ก. หากยังไม่ได้แจกคู่มือผู้เรียนก็ให้แจกในเวลานี้ แล้วมอบหมายให้ผู้เรียนอ่านบทที่ 2 ในคู่มือผู้เรียนเพื่อเตรียมตัวสำหรับการเรียนครั้งหน้า หนุ่ใจให้ผู้เรียนอ่านบทที่ 1 อีกครั้งเพื่อทบทวนประเด็นต่างๆ ที่ได้เรียนไปในครั้งนี้
- ข. ให้คะแนนโครงการที่ 1 เรื่อง “*การแยกแยะความโกรธของเรา*”
- ค. ให้ผู้เรียนทำรายงานในโครงการที่ 2 “*สิทธิส่วนบุคคลของเรา*” หลังจากที่อ่านบทเรียนที่ 2 ของ คู่มือผู้เรียนแล้ว แจ้งให้ผู้เรียนทราบด้วยว่าเราจะศึกษาโครงการนี้ในการเรียนครั้งหน้า

16. การประเมินผลบทเรียน

กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้

ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?

ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?

เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 2

2

เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

ในฐานะที่ฉันเป็นคริสเตียนฉันต้องมอบสิทธิส่วนบุคคลของฉันแด่พระเจ้า

2. ข้อพระธรรมหลัก: 2 โครินธ์ 9:7 (ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971)

ทุกคนจงให้ตามที่เขาได้คิดหมายไว้ในใจ มิใช่ให้ด้วยนឹกลีลาตาย มิใช่ให้ด้วยการฝืนใจ เพราะว่าพระเจ้าทรงรักคนนั้นที่ให้ออกด้วยใจยินดี

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

เราจะใช้บทเรียนที่ 2 ของคู่มือผู้เรียนร่วมกับบทเรียนนี้ รวมทั้งสามโครงการต่อจากนี้ในสมุดบันทึกโครงการด้วย โครงการมีดังนี้

โครงการที่ 2 “สิทธิส่วนบุคคลของเรา”

โครงการที่ 3 “การผูกพันตัวในด้านสิทธิส่วนบุคคลของข้าพเจ้า”

โครงการที่ 4 “บททดสอบแรกที่ปราศจากสิทธิส่วนบุคคลของเรา”

4. การเตรียมตัวล่วงหน้าของครูสำหรับคาบเรียนในวันนี้

นี่อาจเป็นคาบเรียนที่ทำทนายมากที่สุดของทั้งวิชานี้ เราต้องบริหารเวลาในคาบเรียนนี้ให้ดี เพื่อเรามีเวลาอย่างเพียงพอในการพูดถึงที่เป็นประเด็นสำคัญ นั่นก็คือการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแด่พระเจ้า

พูดเนื้อหาในหัวข้อ ก. และ ข. อย่างคร่าวๆ แล้วใช้เวลาส่วนใหญ่ของคาบเรียนนี้พูดประเด็น ค. “สิทธิส่วนบุคคลเกี่ยวข้องกับความโกรธของเราอย่างไร?” เราต้องสอนหัวข้อย่อยที่ 1-3 ในหัวข้อ ค. ของคาบเรียนนี้ให้เสร็จก่อนเพื่อว่า ‘การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว’ จะมุ่งเน้นที่การตัดสินใจของผู้เรียนที่จะมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้า

ให้ทำโปสเตอร์ที่เขียนคำจำกัดความของคำว่า “สิทธิส่วนบุคคล” ซึ่งได้ให้ไว้ในหน้าที่ 19 ของคู่มือผู้เรียน “สิทธิส่วนบุคคลคือกฎเกณฑ์ที่เราสร้างขึ้นเพื่อตนเอง ซึ่งเราคาดหวังให้คนอื่นทำตาม”

5. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (2-3 นาที)

เลือกหนึ่งกิจกรรมที่ให้ไว้เพื่อใช้เริ่มการเรียนวันนี้ เริ่มต้นด้วยการอ้างอิงถึงชื่อเรื่องของบทเรียนในวันนี้

- ก. พูดถึงข่าวที่ความโกรธได้นำไปสู่การทำให้เกิดความเจ็บปวดหรือการฆ่าล้างจันเป็นโศกนาฏกรรมเพื่อสะท้อนให้เห็นถึงอำนาจในทางทำลายล้างของความโกรธ
- ข. ให้ผู้เรียนแบ่งปันตัวอย่างที่ความโกรธนำการทำลายล้างมาสู่ชีวิตของเขาอย่างไรบ้าง
- ค. แบ่งปันเรื่องราวของผู้เรียนจากชั้นเรียนก่อนหน้าหรือตัวอย่างจากชีวิตผู้สอนที่แสดงให้เห็นว่าความโกรธนำมาซึ่งการทำลายอย่างไร

6. ทบทวนคาบเรียนครั้งก่อนคร่าวๆ (1-3 นาที)

เริ่มต้นด้วยการทบทวน 3 ประเด็นหลักจากบทที่ 1

- มีวิธีการต่างๆ มากมายในการตอบสนองด้วยความโกรธ
- ความโกรธเป็นเหมือนกับนักเลงที่แสวงหาที่จะควบคุมชีวิตของเรา
- เราต้องรับผิดชอบต่อความโกรธของตนเอง

สามประเด็นนี้จะนำไปสู่หัวข้อที่เราจะพูดในวันนี้ นั่นคืออำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตของเรา

7. แนะนำคาบเรียนของวันนี้ (1-3 นาที) **คู่มือผู้เรียนหน้าที 15**

ชื่อเรื่องของบทที่ 2 ในคู่มือผู้เรียนได้สรุปประเด็นหลักของคาบเรียนในวันนี้ไว้คือ **“เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?”** ซึ่งให้เห็นว่าเราไม่ได้กำลังพูดถึงแค่ความโกรธที่ควบคุมไม่ได้จนทำให้คนๆ หนึ่งก่อการฆาตกรรม แต่ประเด็นสำคัญอยู่ที่ **“อำนาจในทางทำลายของความโกรธ”** จากนั้นช่วยให้ผู้เรียนแต่ละคนได้เห็นชัดว่าอำนาจในทางทำลายนี้ดูเหมือนกับอะไรบ้างในชีวิตของเขา

บทเรียนนี้ตั้งอยู่บนสมมุติฐานที่ว่า ผู้เรียนต้องการจะเปลี่ยนวิธีการที่ใช้รับมือกับความโกรธของตนเอง วันนี้เราจะพูดคุยถึงขั้นตอนในทางปฏิบัติที่ผู้เรียนสามารถเปลี่ยนแปลงวิธีการรับมือกับความโกรธในชีวิตของเขา

ความท้าทายของเราในวันนี้ก็คือ การเรียนรู้วิธีที่จะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตของเรา แล้วเริ่มเคลื่อนไปสู่การใช้ความโกรธในวิถีทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย

2

8. **ครอบคลุมหัวข้อ ก. “ไม่มีวิธีแก้ไขปัญหาแบบ “ไม่พิเศษ” คร่าว ๆ**

(1-2 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 15-16

พูดเนื้อหาประเด็นนี้เพียงคร่าว ๆ โดยตั้งคำถาม ‘เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?’ จากหัวข้อบทที่ 2 ผู้เรียนต้องตระหนักว่าเป็นกระบวนการ ไม่ใช่การใช้อำนาจพิเศษที่จะเลิกความโกรธให้หายไปในพริบตาเดียว

ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจว่าพวกเขาไม่ควรขอพระเจ้าให้เอาความโกรธออกไปเพราะพระเจ้าทรงสร้างเรา มาพร้อมกับอารมณ์ความรู้สึกนี้ ประเด็นที่ว่าไม่มีวิธีแก้ไขปัญหาแบบไม่พิเศษนั้นจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจว่าบทเรียนนี้อาจไม่ง่ายในการนำมาใช้ในชีวิตรประจำวัน

9. **ครอบคลุมหัวข้อ ข. “จงเริ่มต้นที่จุดหมายปลายทาง” คร่าว ๆ (2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 16-18**

จุดประสงค์ของหัวข้อนี้ก็คือการช่วยให้ผู้เรียนได้เห็นภาพกว้างๆ เราต้องการให้ผู้เรียนเห็นประโยชน์ของการใช้เวลาส่วนตัวนอกชั้นเรียนเพื่อใคร่ครวญดูว่าความโกรธมีตัวตนอยู่ในชีวิตเราตรงส่วนใดบ้าง และด้านใดที่เราต้องการเปลี่ยนแปลง ด้วยการเริ่มต้นที่จุดหมายปลายทางนี้ เราเพียงแค่ว่ากำลังบอกว่าสิ่งนี้จะช่วยผู้เรียนให้มีเป้าหมายที่ชัดเจนขึ้น

มีสองคำถามที่จะช่วยให้ผู้เรียนทราบเป้าหมายของตนได้คือ

1. เราต้องการจะอยู่ที่จุดใด?
2. พระเจ้าทรงประสงค์ให้เราอยู่ที่ใด?

คำถามนี้อยู่ในคู่มือผู้เรียน (หน้า 16-17) จะช่วยให้ผู้เรียนได้ทบทวนบทเรียนคร่าว ๆ จงชี้ให้เห็นว่าในการตอบคำถามข้อที่ 2 นั้นผู้เรียนจำเป็นต้องใช้เวลาในการศึกษาพระคัมภีร์เพราะว่าพระคัมภีร์คือแหล่งที่ผู้เรียนจะพบวิธีที่พระเจ้าทรงต้องการให้เราใช้ความโกรธในวิถีทางที่พระองค์ทรงพอพระทัย

คำถามที่ 3 “เราอยู่ ณ จุดใดในวันนี้?” เราไม่จำเป็นต้องใช้เวลาในชั้นเรียนเพื่อให้ผู้เรียนตอบคำถามเหล่านี้ได้ แต่ท้าทายผู้เรียนให้ย้อนถามคำถามเหล่านี้ในขณะที่เรียนวิชาทั้งหมดนี้ การรู้จักจุดที่ซึ่งพวกเขาเป็นอยู่ในวันนี้จะช่วยให้ผู้เรียนเริ่มสร้างหนทางของการพัฒนาไปในทิศทางที่ถูกต้อง

10. **ครอบคลุมหัวข้อ ข-4 “ขั้นตอนแรก—เราเป็นคริสเตียนหรือยัง?”**

(2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 18

นี่เป็นคำถามที่สำคัญยิ่งสำหรับผู้เรียนที่จะคิดพิจารณา แต่เป็นคำถามที่เราสามารถพูดถึงคร่าว ๆ ได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับตัวผู้เรียน หากมีผู้เรียนที่ยังไม่ได้ตัดสินใจติดตามพระคริสต์เราจำเป็นต้องอธิบายว่าสิ่ง

ที่เรากำลังสอนในเรื่องความโกรธนั้นอาจเป็นสิ่งที่ยากมากสำหรับพวกเขาที่จะนำมาปฏิบัติในชีวิตของตน

การมีความสัมพันธ์ส่วนตัวกับพระเยซูเป็นขั้นตอนที่สำคัญยิ่งในการทะลุทะลวงอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตของผู้เรียน พระเยซูทรงจัดเตรียมพลังอำนาจเพื่อนำเราสู่การเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่จำเป็น เราไม่ต้องการบังคับผู้ใดให้มาเป็นคริสเตียนแต่หากเรารู้ว่าเป็นปัญหาใหญ่สำหรับผู้เรียนบางคนเราอาจใช้เวลานี้เป็นพิเศษเพื่อพูดถึงเรื่องนี้

11. **ข้อควรระวังสำหรับครูในการครอบคลุมหัวข้อ ค. เรื่องสิทธิส่วนบุคคล ซึ่งเริ่มต้นใน**
คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 19

ขณะที่เราสอนส่วนที่เหลือของบทเรียนวันนี้ เราต้องแน่ใจว่าเราได้พูดถึงประเด็นสำคัญทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับสิทธิส่วนบุคคลเพื่อที่ผู้เรียนจะเห็นภาพการเรียนรู้ทั้งหมดในวันนี้ อย่าใช้เวลามากเกินไปในประเด็นใดประเด็นหนึ่ง แล้วพลาดในการพูดถึงหัวข้อสำคัญทั้งสามนี้คือ ค.-1 - ค.4

อย่างไรก็ตาม ในการเรียนครั้งหน้าเราจะสำรวจดูว่าการมอบสิทธิส่วนบุคคลของผู้เรียนต่อพระเจ้า นั้นจะส่งผลกระทบต่อชีวิตอย่างไรบ้าง และดูส่วนที่สองของบทที่ 2 ในคู่มือผู้เรียน เป้าหมายหลักสำหรับการเรียนในวันนี้ก็คือการแน่ใจว่าผู้เรียนเข้าใจว่าอะไรคือสิทธิส่วนบุคคลและสิ่งนี้เกี่ยวข้องกับความโกรธอย่างไร และพวกเขาจะมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนต่อพระเจ้าได้อย่างไร

12. **ครอบคลุมหัวข้อ ค. “สิทธิส่วนบุคคลเกี่ยวข้องกับความโกรธของเราอย่างไร”**
(2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 19

ประเด็นนี้พูดถึง สิทธิส่วนบุคคลและ การเชื่อมโยงกับความโกรธ นี้ไม่ใช่วิธีการโดยทั่วไปในการสอนเรื่องการจัดการกับความโกรธ อย่างไรก็ตาม เราเชื่อว่าประเด็นนี้เป็นคำสอนที่ทรงพลังสามารถนำไปให้เขาเข้าใจสาเหตุพื้นฐานของความโกรธของเราได้

ย่อหน้าแรกที่แนะนำสู่หัวข้อ ค. ในหน้าที่ 19 ของคู่มือผู้เรียนได้สรุปคำสอนไว้ เราอาจเริ่มต้นด้วยการตัวอย่างเรื่องวัชพืช เช่น ไมยราบ ให้วาดภาพต้นวัชพืชบนกระดานแล้วชี้ไปยังส่วนของต้นไม้ที่อยู่เหนือพื้นผิวดินว่าเป็นตัวแทนถึงความโกรธของเรา ส่วนรากที่อยู่ข้างใต้พื้นผิวดินนั้นเป็นตัวแทนถึงสิ่งที่หล่อเลี้ยงความโกรธของเรา เราจะเห็นว่ารากแก้วนั้นแข็งแรงและหยั่งรากลึกเพียงไร



2

หากเราแค่ตัดใบของวัชพืชที่อยู่เหนือพื้นดินทิ้งไป ก็ไม่ได้หมายความว่าเราทำลายต้นวัชพืชนี้ได้ เพราะมันจะงอกใบใหม่ขึ้นมาอีก หากเราต้องการจะฆ่าต้นวัชพืชนี้เราจำเป็นต้องทำลายรากแก้วของมันแบบถอนรากถอนโคน

ใบที่อยู่เหนือพื้นดินนั้นเปรียบได้กับความโกรธของเรา และรากแก้วใต้พื้นดินนั้นก็เปรียบเหมือนกับสิทธิส่วนบุคคลของเรา นี่คือนิสัยที่หล่อเลี้ยงความโกรธของเราและทำให้ความโกรธมีอำนาจมากเหลือเกิน

ให้เราย้อนกลับไปยังประเด็นในบทเรียนที่ 1 เรื่อง “ความโกรธเป็นเหมือนนกเงือกในชีวิตของเรา” เช่นเดียวกับที่วัชพืชได้ปกคลุมบรรดาต้นไม้ในสวน ความโกรธก็ได้ครอบงำและปกคลุมวิถีทางอื่นๆ ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ทั้งหลายที่เราเผชิญเช่นกัน

เราจะใช้เรื่องวัชพืชเป็นภาพเปรียบเทียบตลอดการเรียนวันนี้

13. ครอบคลุมหัวข้อ ค.-1. “อะไรคือสิทธิส่วนบุคคล?” และหัวข้อ ค.-2 “สิทธิส่วนบุคคลหล่อเลี้ยงความโกรธของเราอย่างไร?” (5-7 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 19-22

ชี้ให้เห็นว่า “สิทธิส่วนบุคคลคือกฎเกณฑ์ที่เราได้สร้างขึ้นเพื่อชีวิตของเราเอง ซึ่งเราคาดหวังให้คนอื่นทำตามกฎเกณฑ์ของเรา”

พวกเราส่วนใหญ่คงไม่เคยนั่งลงเขียนสิทธิส่วนบุคคลเหล่านี้แล้วแจกให้กับคนในครอบครัวและเพื่อนๆ ของเรา แล้วบอกว่า “คุณจะต้องทำตามกฎเกณฑ์เหล่านี้ของฉัน” ถ้าหากมีใครมาละเมิดสิทธิส่วนบุคคลเหล่านี้แม้สักข้อเดียวแล้วละก็ เราจะโกรธ พร้อมกับพูดว่า “คุณไม่มีสิทธิ์ที่จะปฏิบัติต่อฉันแบบนี้!” และแล้วความโกรธของเราก็ระเบิดออกมา

สิ่งที่เราสามารถทำได้ก็คือการให้เวลาผู้เรียนในการระบุว่าอะไรคือกฎเกณฑ์ที่เป็น “สิทธิส่วนบุคคล” ซึ่งเขาคาดหวังให้คนอื่นปฏิบัติตาม จึงบอกผู้เรียนว่า วิธีที่ง่ายที่สุดในการระบุสิทธิส่วนบุคคลของเราก็คือดูว่าสิ่งที่ทำให้เขาโกรธ ประเด็นนี้จะคล้ายกับหัวข้อ ค.-2 “สิทธิส่วนบุคคลหล่อเลี้ยงความโกรธของเราอย่างไร?” ในหน้าที่ 20-22 ของคู่มือผู้เรียน ดังนั้น ขอให้เขาทั้งสองประเด็นมาพูดรวมกันในหัวข้อนี้

ชี้ให้เห็นชัดว่ายิ่งเรายึดมั่นในกฎเกณฑ์หรือสิทธิของเรามากแค่ไหนเมื่อกฎเกณฑ์เหล่านี้ถูกละเมิดความโกรธของเราก็จะยิ่งทวีมากขึ้นเท่านั้น ให้ผู้เรียนบางคนแบ่งปันจากชีวิตของเขาหรือไม่ก็ให้คุยยกตัวอย่างจากสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเอง

ให้ผู้เรียนเปิดไปที่โครงการที่ 2 “สิทธิส่วนบุคคลของเรา” ในสมุดบันทึกในขณะที่เราเริ่มต้นการอภิปรายนี้ หากว่าผู้เรียนยังไม่ได้ทำโครงการนี้ให้อธิบายวิธีทำโครงการนี้ก่อน ทบทวนตัวอย่างเรื่องสิทธิส่วนบุคคลที่ได้ให้ไว้ในคู่มือผู้เรียนหน้า 19-20 บางอัน เลือกลิขสิทธิ์ส่วนบุคคลอันแรกที่สุดถึงการที่คนไม่ให้ความเคารพเราหรืออันใดก็ได้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนของเรามากที่สุด

แน่ใจว่าผู้เรียนเข้าใจว่า “สิทธิส่วนบุคคล” เหล่านี้สามารถอยู่ในส่วนใดก็ได้ในชีวิตพวกเขา ผู้เรียนบางคนอาจโกรธพระเจ้าเพราะว่าพระองค์ไม่ได้ทำในสิ่งที่เขาคิดว่าพระองค์ควรจะทำ ประเด็นที่เรากำลังจะพูดก็คือเรามีกฎเกณฑ์จำนวนหนึ่งที่ต้องการให้พระเจ้าทำตาม ลองคิดดูซิว่า พระเจ้าผู้ทรงสร้างสากลจักรวาลนี้ถูกเรียกร้องให้ทำตามกฎเกณฑ์ของเราที่มีตั้งให้พระองค์!

เราอาจโกรธสิ่งของต่างๆ ได้ง่ายพอๆ กับที่เราโกรธผู้คน เช่น เราอาจโกรธคอมพิวเตอร์ รถยนต์ หรือทรัพย์สินอื่นๆ ก็ได้เมื่อสิ่งเหล่านั้นไม่ยอมทำตามที่เราต้องการทันที

ข้อควรระวังก็คืออย่าใช้เวลาไปกับหัวข้อนี้ ต้องมีเวลามากพอที่จะพูดเนื้อหาในอีกสองประเด็นสำคัญในแผนการสอนเล่มนี้ด้วย

ช่วยให้ผู้เรียนเริ่มต้นทำงานชิ้นนี้เพื่อว่าเขาจะเข้าใจแนวคิดเรื่องสิทธิส่วนบุคคล ในขณะที่เราสอนส่วนที่เหลือของบทเรียนวันนี้และที่เหลือของวิชานี้ เรายังสามารถเพิ่มเติมเรื่องสิทธิส่วนบุคคลต่างๆ รวมถึงวิถีทางที่สิ่งนี้ได้หล่อเลี้ยงความโกรธของเราอย่างไรได้ตลอด

14. **ครอบคลุมประเด็นในกล่องข้อความหน้า 21 “ทำไมเราจึงควรมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า?”** (2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 21

ให้พูดข้อมูลในกล่องข้อความในหน้า 21 ของคู่มือผู้เรียนอย่างคร่าวๆ ในประเด็นว่าทำไม เราจึงควรมอบสิทธิส่วนบุคคลแต่พระเจ้า และแนะนำประเด็นถัดไปของการอภิปรายที่ว่า “เราจะมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้าได้อย่างไร?” สังเกตดูอาจมีผู้เรียนบางคนซึ่งไม่พร้อมที่จะมอบสิทธิส่วนบุคคลของพวกเขาต่อพระเจ้า ก็ให้เราพูดถึงในหัวข้อ **ทำไม** การมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้าจึงเป็นความคิดที่เข้าที่

หากว่าผู้เรียนไม่ได้มีคำถามมากในจุดนี้แล้วก็ให้ผ่านประเด็นนี้ไป แต่หากมีผู้เรียนบางคน ที่ต่อต้านกับแนวคิดที่พวกเขาควรมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแต่พระเจ้าก็ให้ผู้เรียนแบ่งปันสิ่งที่ เขาคิด แต่อย่าใช้เวลามากเกินไปสำหรับส่วนนี้ของบทเรียน

จงเตือนผู้เรียนด้วยว่าเราจำเป็นต้องเรียนเนื้อหาที่เหลือทั้งหมด เพื่อว่าผู้เรียนจะเห็นองค์ประกอบทั้งหมดที่จะต่อเข้าด้วยกันเพื่อทำให้สิ่งนี้เป็นเกิดผลในชีวิตของพวกเขา

เราสามารถกลับมาที่ประเด็นนี้ได้อีกในการเรียนถัดไป โดยให้เป็นส่วนหนึ่งของการทบทวนบทเรียน

15. **ครอบคลุมหัวข้อ ค.-3 “เราจะมอบสิทธิส่วนบุคคลแก่พระเจ้าได้อย่างไร?”**(10-15 นาที) **คู่มือผู้เรียนหน้า**ที่ 22-25

2

ในขณะที่เราพูดประเด็น ค.-3 ควรพูดในทางบวก โดยยกตัวอย่างจากประสบการณ์ของเราว่า เรา มอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้าได้อย่างไร และเมื่อเรามอบแก่พระเจ้าแล้วเกิดผลในด้านบวกต่อ ชีวิตเราอย่างไร

ให้เขียนขั้นตอนในการมอบสิทธิส่วนบุคคลแก่พระเจ้าบนกระดาษโปสเตอร์ แล้วติดไว้ที่ผนัง ห้องเรียนเพื่อใช้อ้างอิงตลอดการเรียน

หัวข้อย่อย ก- “เขียนสิ่งที่ทำให้เราโกรธ เครียด อารมณ์เสีย ชุ่นเคืองใจ หรือก่อให้เกิด ความกังวลใจ” ให้ผู้เรียนรายการสิ่งที่ทำให้เขาโกรธในรายงานที่ 1 ของสมุดบันทึกโครงการ หนุนใจ ให้เขาบันทึกที่เข้ามาในความคิดของเขาเกี่ยวกับสิ่งที่ทำให้โกรธไว้เรื่อยๆ

หัวข้อย่อย ข- “ทำรายการสิทธิส่วนบุคคลทุกอย่าง” โครงการที่ 2 ในสมุดบันทึกโครงการ “สิทธิส่วนบุคคลของเรา” นั้นจะเกี่ยวข้องกับขั้นตอนนี้ ให้ผู้เรียนเก็บโครงการนี้ไว้ใกล้ตัวเพื่อจะสามารถ เขียนสิทธิส่วนบุคคลของตนได้เรื่อยๆ ทั้งในขณะที่กำลังเรียนนี้และตลอดทั้งสัปดาห์

หัวข้อย่อย ค- “อธิษฐานและมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า” เมื่อเราพูดคุยใน ประเด็นนี้จึงแน่ใจว่าผู้เรียนเข้าใจว่าเรากำลังอธิบายว่าจะสามารถทำสิ่งนี้ได้อย่างไร อย่าพยายามทำให้ ทุกคนอธิษฐานมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแก่พระเจ้าในชั้นเรียนทันที ผู้เรียนจำเป็นต้องให้ความคิด และคำอธิษฐานส่วนตัวเกี่ยวกับเรื่องนี้ หนุนใจผู้เรียนให้ใช้โครงการที่ 3 ในสมุดบันทึก “การผูกพันตัว ในด้านสิทธิส่วนบุคคลของข้าพเจ้า” เป็นหนทางในการตัดสินใจว่าพวกเขาจะตอบสนองต่อส่วนนี้ของ บทเรียนอย่างไร ผู้เรียนยังสามารถทำตามในประเด็นนี้ได้ตลอดหลังจากเรียนแล้ว

หน้าแรกของโครงการที่ 3 ในสมุดบันทึกโครงการ นั้นเป็นทางเลือกไม่ใช่ข้อบังคับ อย่าให้ ผู้เรียนทำหน้านั้นให้เสร็จเพื่อที่จะได้รับคะแนน สำหรับผู้เรียนที่ยังไม่พร้อมจะมอบสิทธิส่วนบุคคลของ ตนแก่พระเจ้า เราสามารถให้พวกเขาเขียนคำอธิษฐานต่อพระเจ้าว่าอะไรคือความสงสัยหรือความกังวล ใจที่ยึดพวกเขาไว้จากการมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแก่พระเจ้า ส่วนนี้อยู่ในหน้าที่ 2 ของโครงการที่ 3

หัวข้อย่อย ง- “ตัดสินใจที่จะขอบคุณพระเจ้าสำหรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามมา” ส่วนนี้ของ การอภิปรายจะนำเราไปสู่สิ่งที่เราจะพูดคุยในการเรียนหน้า หนุนใจผู้เรียนให้ฝึกขอบพระคุณพระเจ้า สำหรับสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งตอนที่เรียนเสร็จแล้วหรือแม้แต่ตอนที่รู้สึกโกรธบางสถานการณ์ก็ตาม การทำ เช่นนี้จะนำเราสู่ความเข้าใจในการเรียนรู้วิถีทางใหม่ๆ ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ

ผู้เรียนเข้าใจชัดเจนว่าอะไรคือสิทธิส่วนบุคคลและสิ่งนี้เกี่ยวข้องกับอย่างไรกับความโกรธแล้วใช่หรือไม่? จงให้เวลาเป็นพิเศษในการทบทวนเรื่องนี้เพื่อจะแน่ใจว่าผู้เรียนเข้าใจเรื่องนี้ดีแล้ว ขณะที่เราสอนเนื้อหาที่เหลือทั้งหมดของวิชานี้ให้กลับมาที่ตัวอย่างในทางปฏิบัติของสิทธิส่วนบุคคลและตัวอย่างเหล่านี้เกี่ยวข้องกับเนื้อหาใหม่ที่กำลังอภิปรายอยู่อย่างไรบ้าง

16. แนะนำคร่าว ๆ ถึงเนื้อหาที่จะเรียนในครั้งต่อไป (1-3 นาที)

ในขณะที่เราเตรียมที่จะพูดถึงการประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว ให้ชี้แจงด้วยว่าเราจะพูดถึงเรื่องสิทธิส่วนบุคคลในการเรียนครั้งหน้าด้วย หนุนใจให้ผู้เรียนเตรียมคำถามที่เกี่ยวกับเรื่องนี้มาพูดคุยกันอีกครั้งหน้า

ในคาบเรียนหน้า เราจะดูขั้นตอนถัดไปที่ต้องทำภายหลังจากที่คนนั้นได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้าแล้ว

17. การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว (5-8 นาที)

เนื่องจากสถานการณ์พิเศษของความเกี่ยวข้องกับการประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัวของวันนี้ เราอาจต้องพูดถึงเรื่องบ้านที่ต้องทำในการเรียนครั้งหน้าก่อนที่เราจะเริ่มพูดในส่วนของการประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว

การมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแด่พระเจ้านั้นเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับชีวิตส่วนตัวของเราอย่างแท้จริง เราต้องการให้ผู้เรียนติดตามการเรียนอย่างใกล้ชิดจนถึงนาทีสุดท้ายของการเรียนในวันนี้ ทำทนายให้ผู้เรียนพิจารณาให้ละเอียดว่ามีสิ่งใดที่พวกเขาต้องการจะทำเพื่อจะสามารถมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้า แล้วกลับมาที่ข้อบทที่ 2 ในคู่มือผู้เรียน คือ **“เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?”**

การมอบสิทธิส่วนบุคคลแด่พระเจ้าเป็นส่วนสำคัญในกระบวนการหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธนี้ หนุนใจผู้เรียนให้ใช้โครงการที่ 3 **“การผูกพันตัวในด้านสิทธิส่วนบุคคลของข้าพเจ้า”** ในสมุดบันทึกโครงการ เป็นเครื่องมือในการใคร่ครวญเกี่ยวกับการตัดสินใจนี้และปฏิบัติตามโดยตลอด

เราอาจกลับมาที่ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชและรากแก้วที่ยังเล็ก แล้วชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นที่จะต้องขุดรากแก้วเพื่อจะเอาชนะเหนือปัญหาความโกรธของเรา โดยรากแก้วนั้นเปรียบได้กับสิทธิส่วนบุคคลของพวกเขา

อาจให้ผู้เรียนใช้เวลาอธิษฐานส่วนตัวเงียบๆ สองสามนาทีในช่วงท้ายของการเรียน โดยให้พูดคุยกับพระเจ้าเกี่ยวกับสิ่งที่ได้เรียนไปในวันนี้ อีกทางเลือกหนึ่งก็คือการพาผู้เรียนไปยังห้องนมัสการในช่วงท้ายแล้วให้พวกเขาใช้เวลาในการอธิษฐานเป็นส่วนตัวต่อพระเจ้า

2

18. การบ้าน

- ก. จงอธิบายว่าโครงการที่ 2 “สิทธิส่วนบุคคลของเรา” จำเป็นต้องทำให้เสร็จก่อนเรียนครั้งหน้า
- ข. โครงการที่ 3 “การผูกพันตัวในด้านสิทธิส่วนบุคคลของข้าพเจ้า” นั้นคือส่วนแนะนำให้นำมาใช้ในการประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัวสำหรับบทเรียนวันนี้ หรือให้ทุกคนเขียนคำอธิษฐานในหน้าที่ 2 ของโครงการนั้น แต่หน้าที่ 1 ของโครงการที่ 3 นั้นเป็นทางเลือกที่ไม่ได้บังคับให้ทำ สำหรับผู้เรียนที่เลือกที่จะไม่มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแต่พระเจ้า พวกเขาสามารถรวมเอาคำถามและความกังวลใจต่างๆ ของตนที่ยังไม่ได้คำตอบนั้นลงในคำอธิษฐานนี้ได้
- ค. โครงการที่ 4 “บททดสอบแรกที่ปราศจากสิทธิส่วนบุคคลของเรา” นั้นเป็น **โครงการทางเลือก** เพราะว่าหากผู้เรียนบางคนเลือกที่จะไม่มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแต่พระเจ้า พวกเขาที่ย่อมไม่อาจที่จะทำโครงการนี้อย่างจริงจังได้ หนุ่ใจผู้เรียนให้ทำโครงการนี้แต่อย่างบังคับให้ทำ
- ง. มอบหมายให้ผู้เรียนอ่านบท 2 จากคู่มือผู้เรียนเพื่อเตรียมตัวสำหรับการเรียนครั้งหน้า อธิบายว่านี่จะเป็นการทบทวนในประเด็นที่ได้เรียนไปในวันนี้ ส่วนอีกครึ่งหลังของบทเรียนคือเป้าหมายที่เราจะเรียนต่อไปในครั้งหน้า
- บทที่ 2 ที่เกี่ยวกับสิทธิส่วนบุคคลนั้นสำคัญต่อสิ่งที่เรากำลังสอนในวิชานี้ ดังนั้น หนุ่ใจให้ผู้เรียนอ่านบทเรียนนี้อย่างตั้งใจและนำคำถามที่พวกเขามีเกี่ยวกับเรื่องนี้มาถามในการเรียนครั้งหน้า

19. การประเมินผลบทเรียน

- กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้
- ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?
- ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?
- เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 3

สำรวจการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแด่พระเจ้า

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

การมอบสิทธิส่วนบุคคลของฉันทด่พระเจ้าได้วางฉันไว้ในเส้นทางที่สามารถจะหยุดอำนาจ ในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้

2. ข้อพระธรรมหลัก

ลูกา 9:23-24 (ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971)

พระองค์จึงตรัสกับพวกเขาทุกคนว่า “ถ้าใครต้องการจะมาติดตามเรา ให้คนนั้นปฏิเสธตนเอง รับกางเขนของตนแบกทุกวัน และตามเรามา เพราะว่าใครต้องการจะเอาชีวิตรอด คนนั้นจะเสียชีวิต แต่ใครยอมเสียชีวิตเพราะเห็นแก่เราคนนั้นจะได้ชีวิตรอด

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

บทที่ 2 ของคู่มือผู้เรียนจะถูกนำมาใช้ร่วมกับบทเรียนนี้โดยเฉพาะอย่างยิ่งในหน้าที่ 25-33 [เริ่มต้นหัวข้อที่ 4 จะเกิดอะไรขึ้นเมื่อเรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราให้แก่พระเจ้า?] การเรียนวันนี้เราจะใช้สามโครงการต่อไปนี้คือ

โครงการที่ 2 “สิทธิส่วนบุคคลของเรา”

โครงการที่ 3 “การผูกพันตัวด้านสิทธิส่วนบุคคลของข้าพเจ้า”

โครงการที่ 4 “บททดสอบแรกที่ปราศจากสิทธิส่วนบุคคลของเรา”

4. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (2-3 นาที)

อาจให้ผู้เรียนสักหนึ่งหรือสองคนแบ่งปันตัวอย่างสิทธิส่วนบุคคลที่เขาเห็นจากชีวิตตนเอง โดยให้ตัวอย่างที่ยกมาจากการแยกแยะสิ่งที่ทำให้เขาโกรธ

หากผู้เรียนไม่ได้แบ่งปันตัวอย่างของตัวเอง ก็ให้ผู้สอนแบ่งปันหนึ่งหรือสองเรื่องจากชีวิตของผู้สอนเองหรือจากผู้เรียนในอดีตซึ่งเคยเรียนในชั้นเรียนนี้

5. ทบทวนเนื้อหาหลักจากบทเรียนที่ 1 และ 2 (3-10 นาที)

จงทบทวนคร่าวๆ ถึง 3 ประเด็นหลักจากบทเรียนที่ 1

- มีวิธีการต่างๆ ของการตอบสนองด้วยความโกรธ
- ความโกรธเป็นเหมือนกับนักร้อง, ที่แสวงหาที่จะควบคุมชีวิตของเขา
- เราต้องรับผิดชอบต่อความโกรธของตนเอง

ในบทเรียนที่ 2 นั้นเนื้อหาเกี่ยวข้องกับ “เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?”

เตรียมโปสเตอร์ที่เขียนคำจำกัดความ “สิทธิส่วนบุคคล” แล้วอ่านคำจำกัดความนั้น ใช้ตัวอย่างเรื่องราวชีวิตที่มีรากแก้วที่ยังรากลึก แล้วชี้ให้เห็นว่าสิทธิส่วนบุคคลของเรานั้นได้หล่อเลี้ยงความโกรธอย่างไร

จงชี้ให้เห็นด้วยว่าหนทางที่ตรงที่สุดในการหยุดอำนาจในทางทำลายล้างของความโกรธในชีวิตของเราก็โดยการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า ทบทวน 4 ขั้นตอนของการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้าอีกครั้ง ซึ่งเริ่มต้นที่หน้าที่ 19 ของคู่มือผู้เรียน หรือทำโปสเตอร์ 4 ขั้นตอนนี้ติดไว้ในชั้นเรียนเพื่อใช้อ้างอิงตลอดการสอนวิชานี้

- ก. เขียนสิ่งที่ทำให้เราโกรธ เครียด อารมณ์เสีย ขุ่นเคืองใจ หรือก่อให้เกิดความกังวลใจ
- ข. ทำรายการสิทธิส่วนบุคคลทุกอย่าง
- ค. อธิษฐานและมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า
- ง. ตัดสินใจที่จะขอบคุณพระเจ้าสำหรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามมา

แจ้งผู้เรียนว่าวันนี้เราจะสร้างฐานรากชีวิตด้านนี้และเริ่มมองดูสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตเมื่อเขาได้มอบสิทธิส่วนบุคคลเขาแก่พระเจ้า

จงใช้หลักความจริงจากพระคัมภีร์และข้อพระธรรมหลักเพื่อเตรียมฐานรากสำหรับการเรียนในวันนี้

6. **ครอบคลุมเนื้อหาที่อยู่ในกล่องข้อความข้างๆ “จะเกิดอะไรขึ้นหากเราไม่ยอม มอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า?” (2-5 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 26**

ระมัดระวังในการนำเสนอประเด็นนี้ ไม่ควรพูดกับผู้เรียนแรงเกินไปเพราะเขาอาจจะกำลังต่อสู้กับแนวคิดเรื่องการยอมจำนนสิทธิส่วนบุคคลของตนแก่พระเจ้า

เมื่อเราสอนเนื้อหาส่วนนี้จึงอย่าขอให้ผู้เรียนแสดงการตอบสนองของทุกๆ ที่พวกเขายังไม่พร้อมที่จะมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแก่พระเจ้า จึงทำคำแนะนำเสนอหัวข้อนี้ให้พวกเขาและช่วยให้เห็นผลลัพธ์ซึ่งจะปรากฏในชีวิตของคนที่ยอมมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแก่พระเจ้า

7. **แนะนำหัวข้อ ค.-4 จะเกิดอะไรขึ้นเมื่อเรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราให้แก่พระเจ้า? ครอบคลุมหัวข้อย่อย ค.-4-ก. “เราอาจถูกฆ่าได้!” (2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 25-27**

ชื่อหัวข้อย่อยนี้ไม่ใช่สิ่งที่จะเกิดขึ้นจริงตามตัวอักษรสำหรับคนที่มอบสิทธิส่วนบุคคลของเขาแก่พระเจ้า แต่เรากำลังพูดถึงความกลัวที่จะเกิดขึ้นกับบางคนที่กำลังคิดเรื่องการสละสิทธิส่วนบุคคลของเขา จึงใช้ตัวอย่างจากชีวิตของเราเพื่ออธิบายว่าสิ่งนี้เป็นความกลัวที่ไร้เหตุผลและพระเจ้าทรงพร้อมที่จะช่วยเมื่อพวกเขาได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแก่พระองค์

อ่านและอภิปรายข้อพระธรรมทั้งสามข้อที่ให้ไว้ในคู่มือผู้เรียนตรงส่วนนี้

เฉลยธรรมบัญญัติ 31:8 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971

“ผู้ที่ไปข้างหน้าคือพระเจ้า พระองค์ทรงสถิตอยู่ด้วย พระองค์จะไม่ทรงปล่อยเราให้ล้มเหลวหรือทอดทิ้งเราเสีย อย่างกลัวและอย่าขยาดเลย”

มัทธิว 28:20 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971

“สอนเขาให้ถือรักษาสิ่งสารพัดซึ่งเราได้สั่งพวกเขาไว้ นี่แหละเราจะอยู่กับเจ้าทั้งหลายเสมอไปจนกว่าจะสิ้นยุค”

สดุดี 31:14-15 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971

ข้าแต่พระเจ้า แต่ข้าพระองค์วางใจในพระองค์ ข้าพระองค์ทูลว่า “พระองค์ทรงเป็นพระเจ้าของข้าพระองค์” วันเวลาของข้าพระองค์อยู่ในพระหัตถ์ของพระองค์

ใช้เวลาอธิบายให้เห็นว่าซาตานต้องการให้เขาเกิดความกลัวในการมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแก่พระเจ้า ผู้เรียนจำเป็นต้องยืนหยัดอยู่บนความจริงของพระเจ้าไม่ใช่บนคำหลอกลวงของซาตาน

3

8. **ครอบคลุมหัวข้อย่อย ค.-4-ข. “เราจะยังคงโกรธอยู่”** (2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 27

ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจว่าการมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้านั้นเป็นกระบวนการที่ต้องใช้เวลา ดังนั้น การสัญญากับพระเจ้าว่าจะไม่โกรธอีกดูเหมือนเรื่องที่ไม่เข้าที่ พระเจ้าไม่ได้สนใจว่าเราจะหยุดโกรธได้ไหม พระองค์ทรงสนใจว่าเราจะหยุดใช้ความโกรธในทางที่ทำลายชีวิตเราหรือไม่ต่างหาก

ความโกรธกลายเป็นส่วนที่มีอิทธิพลกับอดีตของเรามากเสียจนเราต้องใช้เวลาเพื่อจะเรียนรู้วิธีเปลี่ยนแปลงการตอบสนองต่อสถานการณ์เหล่านั้นที่ทำให้เราโกรธ หนุนใจผู้เรียนให้นำสิทธิส่วนบุคคลของตนกลับมาหาพระเจ้าและมอบสิทธิเหล่านั้นแด่พระองค์อีกในยามที่เขาพบว่าตนเองกำลังโกรธใครบางคนทีละเม็ดหนึ่งในสิทธิส่วนบุคคลของเขา

9. **ครอบคลุมหัวข้อย่อย ค.-4-ค. “คาดหวังว่าพระเจ้าจะทรงทดสอบเรา”**

(2-4 นาที) คู่มือผู้เรียน หน้าที่ 27

ทำไมพระเจ้าจึงต้องการที่จะทดสอบเรา? ก็เพราะว่าพระองค์ต้องการที่จะดูว่าเรามีความจริงจังในการเปลี่ยนแปลงจริงๆ หรือไม่หรือเราเพียงแค่พูดไปอย่างนั้นเอง พระเจ้าทรงพร้อมที่จะช่วยเราจัดการกับปัญหาเรื่องความโกรธของเรา แต่พระองค์ต้องการจะเห็นว่าเราพร้อมที่จะมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแด่พระองค์ด้วย พระเจ้าจะทรงอนุญาตให้คนอื่นมาละเมิดสิทธิส่วนบุคคลของเราเพื่อช่วยเราให้เรียนรู้การอยู่โดยไม่มีสิทธิส่วนบุคคลเหล่านั้น

10. **ครอบคลุมหัวข้อย่อย ค.-4-ง. “เราต้องพัฒนาการตอบสนองรูปแบบใหม่ๆ ในสถานการณ์ที่ทำให้เราโกรธได้โดยง่าย”** (2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 27-28

ประเด็นนี้สามารถสอนเป็นอีกหนึ่งวิชาได้เลย แต่วันนี้เราจะแค่ชี้ให้ผู้เรียนเห็นว่าเราจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลง โดยไม่คาดหวังว่าการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นภายในวันนี้เลย

แจ้งให้ผู้เรียนทราบว่าเราจะเรียนเรื่องนี้และประเด็นทั้งบทเรียนที่ 3 และ 4 ของคู่มือผู้เรียนในการเรียนครั้งหน้า

11. **ครอบคลุมหัวข้อย่อย ค.-4-จ. “ตอบรับกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่ละขั้นตอน”**

(2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 29-30

ใช้ตารางที่อยู่ในหน้า 29 ในคู่มือผู้เรียนเพื่อช่วยผู้เรียนให้เข้าใจกระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้ว่าอาจรวมถึงความล้มเหลวของชีวิตที่จะเจอในขณะที่กำลังเติบโตและมีชัยชนะในด้านนี้ ช่วยให้ผู้เรียนเห็นขั้นตอนเล็กๆ ของความก้าวหน้าที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตในด้านนี้ของชีวิต หนุนใจผู้เรียนให้รักษาการมองที่พระเยซูคริสต์เพื่อขอกำลังสำหรับกระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้

3



จากการเจริญเติบโตผ่านความผิดพลาด, คู่มือผู้เรียน, หน้า 29

บอกผู้เรียนว่าเราจะเรียนเนื้อหานี้ให้ละเอียดมากขึ้นในการเรียนช่วงท้ายของวิชานี้ ตอนนี้เราต้องการเพียงแค่นี้ให้เห็นข้อเท็จจริงที่ว่า การเปลี่ยนแปลงเป็นกระบวนการและผู้เรียนอาจพบว่าเป็นสิ่งที่ยากมากที่จะหยุดการเกิดความโกรธในบางเรื่องซึ่งเป็นตัวกระตุ้นความโกรธในชีวิตของพวกเขา

เป็นการที่ที่เราจะยกตัวอย่างที่เจาะจงจากชีวิตของเราเองที่แสดงให้เห็นว่าเราต้องใช้เวลาในการเปลี่ยนแปลงและในการเอาชนะอำนาจในทางทำลายของความโกรธ

12. **ครอบคลุมหัวข้อ ค.-5 “อะไรคือประโยชน์ของการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า?”**
(2-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 30-33

พูดเนื้อหาส่วนนี้คร่าวๆ หรือให้ผู้เรียนอ่านด้วยตนเองนอกคาบเรียนเพื่อจะมีเวลาพอสำหรับส่วนถัดไปของบทนี้ ในหัวข้อ ง. “นอกจากสิทธิส่วนบุคคลแล้ว ยังมีสิ่งอื่นใดอีกที่หล่อเลี้ยงปัญหาความโกรธของเรา?”

3

หัวข้อย่อย ค.-5.ก. “เราจะมีสันติสุข”

ผู้ที่ได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแต่พระเจ้าจะเห็นชีวิตที่เปลี่ยนแปลง ให้พูดคุยถึงสันติสุขที่จะได้รับเมื่อเรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้าแทนที่การเกิดความโกรธ

หัวข้อย่อย ค.-5.ข. “เราสามารถจดจ่ออยู่กับการพัฒนารูปแบบใหม่ๆ ของการตอบสนองที่ถวายเกียรติแต่พระเจ้า”

อธิบายให้ผู้เรียนรู้ว่าเราจะพูดถึงเนื้อหาส่วนนี้จะละเอียดมากขึ้นในบทที่ 4

หัวข้อย่อย ค.-5.ค. “พระเจ้าจะทรงช่วยเรา”

นี่เป็นความจริงที่ยิ่งใหญ่สำหรับคนที่เพิ่งเริ่มต้นมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแต่พระเจ้า ผู้เรียนอาจรู้สึกว่าการโกรธของตนนั้นเป็นสิ่งที่มีความหมายมากเกินไปและพวกเขาก็ไม่อาจควบคุมได้ ชี้แจงให้ผู้เรียนทราบชัดเจนว่าพระเจ้าทรงพร้อมที่จะช่วยเหลือเราเมื่อเราต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตที่ถวายเกียรติแต่พระองค์

ยกตัวอย่างเรื่องโยเซฟจากพระคัมภีร์เดิม (ดูคู่มือผู้เรียนหน้า 31-32) เพื่อแสดงให้เห็นว่าพระเจ้าทรงช่วยเหลือโยเซฟอย่างไรบ้าง แม้ว่าพวกเขาจะปฏิบัติต่อโยเซฟด้วยความเกลียดชังเช่นนั้น เน้นย้ำว่าโยเซฟเลือกที่จะมองดูสถานการณ์เหล่านี้จากมุมมองของพระเจ้ามากกว่าที่จะมีความโกรธและแสวงหาการแก้แค้นพี่น้องของเขา

หัวข้อย่อย ค.-5.ง. “เราสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่คนอื่น”

เมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างดีในกระบวนการของการมอบสิทธิส่วนบุคคลแต่พระเจ้าและใช้ความโกรธในวิถีทางที่ถวายเกียรติแต่พระเจ้าแล้ว เขาก็จะเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่คนอื่นได้

13. **แนะนำหัวข้อ ง. “นอกจากสิทธิส่วนบุคคลแล้ว ยังมีสิ่งอื่นใดอีกที่หล่อเลี้ยงปัญหาความโกรธของเรา?”** (1-3 นาที) **คู่มือผู้เรียน** หน้า 33-36

เราอาจกลับมาที่ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วที่ยังรากเล็กและเพิ่มรากต่างๆ อีกหลายอันให้แก่ภาพนั้น ซึ่งชี้ให้เห็นว่าสำหรับคนส่วนใหญ่แล้วสิทธิส่วนบุคคลของเรานั้นเป็นแหล่งสำคัญของการหล่อเลี้ยงความโกรธของเรา อย่างไรก็ตามยังมีประเด็นอื่นอีกที่อาจเติมเชื้อเพลิงให้แก่ความโกรธและนำเราสู่เส้นทางที่ทำลายล้าง

ประเด็นนี้สามารถสอนเป็นอีกหนึ่งวิชาได้เลย แต่วันนี้เราจะแค่ชี้ให้ผู้เรียนเข้าใจว่ามีสิ่งใดที่หล่อเลี้ยงปัญหาความโกรธ”

การพูดถึงเนื้อหาทั้ง 5 อย่างในส่วนนี้ของบทเรียนก็สำคัญ อย่างไรก็ตามในคาบเรียนวันนี้เราต้องการจะให้ผู้เรียนได้เห็นภาพกว้างๆ ว่ายังมีสิ่งอื่นอีกที่สามารถหล่อเลี้ยงความโกรธของพวกเขา หากเราไม่มีเวลามากนักที่จะพูดถึงประเด็นนี้ก็ให้หนุนใจผู้เรียนให้อ่านส่วนนี้อีกครั้งและหากผู้เรียนมีข้อสงสัยก็ให้มาถามได้หลังเลิกเรียนแล้ว

แน่ใจว่าเรามีเวลาเพียงพอสำหรับการพูดเรื่องนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัวในช่วงท้ายของคาบเรียนวันนี้

14. **ครอบคลุมหัวข้อ ง.-1 ความเจ็บปวดจากอดีตที่ไม่ได้รับการแก้ไข**
(3-8 นาที) **คู่มือผู้เรียน** หน้า 33-34

ให้ใช้ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วที่ยังรากเล็ก แล้วตัดป้ายที่รากปัญหาอื่นๆ เขียนว่า “ความเจ็บปวดจากอดีตที่ไม่ได้รับการแก้ไข” ซึ่งชี้ให้เห็นว่าเราทุกคนล้วนเคยถูกทำให้เจ็บปวดโดยคนอื่น บางคนอาจเคยถูกทารุณกรรมและหรือโดนหักหลังจากคนในครอบครัว

ความเจ็บปวดในอดีตที่ไม่ได้รับการแก้ไขสามารถกลายเป็นตัวกระตุ้นที่ก่อให้เกิดความโกรธที่ระเบิดออกมาเมื่อเราเจอกับเหตุการณ์ที่สะกิดบาดแผลแห่งความเจ็บปวดเหล่านั้น

ตราบเท่าที่ความเจ็บปวดจากอดีตเหล่านี้ยังไม่ได้รับการแก้ไขก็จะเป็นแหล่งเชื้อเพลิงแห่งความโกรธที่พร้อมปะทุอยู่เสมอ นี่เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ไม่การเพียงแต่มอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้านั้นไม่อาจแก้ไขปัญหาความโกรธทั้งหมดได้ เพราะความโกรธยังอาจได้รับเชื้อเพลิงจากความเจ็บปวดในอดีตที่ไม่ได้รับการแก้ไขนั่นเอง

15. **ครอบคลุมหัวข้อ ง.-2 การไม่ให้อภัยและความขมขื่น**

(3-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 34

ใช้ตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วที่ยังเล็ก แล้วตัดป้ายอีกอันหนึ่งที่รากปัญหาอีกอย่างหนึ่งคือ เขียนว่า “การไม่ยอมให้อภัยและความขมขื่น”

พระคัมภีร์ทั้งสองตอนที่ใช้ในคู่มือผู้เรียนแสดงให้เห็นว่าประเด็นเหล่านี้ร้ายแรงแค่ไหนต่อพระเจ้า

มัทธิว 6:14-15 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971

เพราะว่าถ้าเรายกความผิดของเพื่อนมนุษย์ พระบิดาของเราผู้ทรงสถิตในสวรรค์จะทรงโปรดยกความผิดของเราด้วย แต่ถ้าเราไม่ยกความผิดของเพื่อนมนุษย์ พระบิดาของเราจะไม่ทรงโปรดยกความผิดของเราเหมือนกัน

ฮีบรู 12:15 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971

จงระวังให้ดีอย่าให้ใครเพิกเฉยต่อพระคุณของพระเจ้าและอย่าให้มีรากขมขื่นงอกขึ้นมาทำความยุ่งยากให้ซึ่งจะเป็นเหตุให้คนเป็นอันมากเสียไป

หากเรายอมให้การไม่ยอมให้อภัยและความขมขื่นอยู่ในชีวิตเราสิ่งนี้เป็นเหมือนมะเร็งร้ายที่คอยทำลายชีวิตเรา

16. **ครอบคลุมหัวข้อ ง.-3 ความโกรธของเราในสถานการณ์ความขัดแย้ง**

(3-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 34-35

ใช้ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วที่ยังเล็ก แล้วตัดป้ายที่รากปัญหาอีกอย่างหนึ่ง เขียนว่า “ความขัดแย้ง” เป้าหมายหลักของการเรียนในวันนี้คือชี้ให้ผู้เรียนเห็นวิธีการที่พวกเขาใช้รับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งว่าสามารถกลายเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดความโกรธได้ง่ายๆ ถ้าโดยปกติผู้เรียนใช้ความโกรธเพื่อตอบสนองเมื่อที่เกิดความขัดแย้งก็อาจเป็นการยากที่จะหยุดรูปแบบการตอบสนองแบบเดิมๆ ได้

17. **ครอบคลุมหัวข้อ ง.-4 ธรรมเนียมปฏิบัติของครอบครัว ”ที่ส่งต่อกันมาถึงฉัน”**

(2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 35-36

ใช้ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วที่ยังเล็ก แล้วตัดป้ายรากปัญหาอีกอย่างหนึ่งคือ “ธรรมเนียมปฏิบัติของครอบครัว” ผู้เรียนหลายๆ คนในชั้นเรียนอาจได้รับอิทธิพลอย่างมากจากครอบครัวในเรื่องวิธีการแสดงความโกรธ อิทธิพลนี้มีผลอย่างมากจนอาจสรุปเอาว่า “ครอบครัวเราก็เป็นอย่างนี้!” โดยไม่ได้ตระหนักว่าการตอบสนองเหล่านี้เป็นสิ่งที่เรียนรู้อาจไม่ใช่พันธุกรรม

ผู้เรียนสามารถเลือกวิถีทางใหม่ๆ ได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้ความโกรธในการตอบสนอง หากว่าพวกเขายอมให้พระเจ้าทรงช่วยเหลือ

18. **ครอบคลุมหัวข้อ ง.-5 ท่าทีและอุปนิสัยของเรา** (2-4 นาที) **คู่มือผู้เรียน** หน้าที 36

ใช้ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วหยั่งลึก แล้วติดป้ายจากปัญหาอีกอย่างหนึ่งคือ “ท่าที่ต่างๆ”

ในคู่มือผู้เรียนได้เขียนคำพูดของสตรีคนหนึ่งที่ว่า “หากคุณเอาความโกรธของฉันออกไป คุณก็เอาความเป็นตัวตนของฉันออกไปด้วย” มีผู้คนมากมายที่ตกเป็นทาสความโกรธ แล้วคิดว่าความโกรธนั้นคือสิ่งที่ดีในชีวิต เพราะว่าเราใช้ความโกรธในการควบคุมคนอื่น

ประเด็นสำคัญก็คือ ผู้เรียนจะเห็นความจำเป็นที่ต้องเปลี่ยนท่าทีและนิสัยบางอย่างของตนในเรื่องความโกรธหรือไม่?

19. **การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว** (3-5 นาที)

ณ จุดนี้ให้นำผู้เรียนสู่การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัวและทำทนายให้เขามอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้า หากว่าพวกเขายังไม่ได้มอบแด่พระเจ้า

สำหรับผู้เรียนที่ได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้าแล้ว หนุนใจให้ทบทวนข้อดีของการมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้าและมองดูข้อดีที่เกิดขึ้นกับตัวเราเอง หนุนใจผู้เรียนให้ทำโครงการที่ 4 “บททดสอบแรกที่ปราศจากสิทธิส่วนบุคคลของเรา” นี่เป็นโครงการทางเลือกไม่ได้บังคับให้ต้องทำ

สำหรับผู้เรียนที่ไม่ได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจื่อก็ให้ทบทวนผลลัพธ์ของการไม่มอบสิทธิของตนแด่พระเจ้า ตามรายการที่ให้ไว้ในหน้าที่ 26 ของคู่มือผู้เรียน

20. **การบ้าน**

- ก. ทำแบบทดสอบย่อยจาก เอเฟซัส 4:26-27 ในช่วงท้ายของคาบเรียน
- ข. ให้คะแนนโครงการที่ 2 “สิทธิส่วนบุคคลของเรา” ในช่วงท้ายของชั้นเรียน หากว่าเรายังไม่ได้ให้คะแนน
- ค. ให้คะแนนโครงการที่ 3 “การผูกพันตัวในด้านสิทธิส่วนบุคคลของข้าพเจ้า”
- ง. หนุนใจผู้เรียนให้ทำโครงการที่ 4 “บททดสอบแรกที่ปราศจากสิทธิส่วนบุคคลของเรา” ให้เสร็จ แต่แจ้งให้ทราบด้วยว่านี่เป็นรายงานทางเลือกที่ไม่ได้บังคับ
- จ. ให้ผู้เรียนอ่านเนื้อหาในบทที่ 3 ของคู่มือผู้เรียนเพื่อเตรียมตัวสำหรับคาบเรียนถัดไปด้วย
- ฉ. ให้ผู้เรียนทำโครงการที่ 5 “ความโกรธในพระคัมภีร์” และโครงการที่ 6 “พระเยซูกับความโกรธของพระองค์” ในสมุดบันทึกโครงการ ให้เสร็จก่อนคาบเรียนถัดไป

21. การประเมินผลบทเรียน

กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้

ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?

ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?

เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

3

บทเรียนที่ 4

พระเจ้าตรัสอะไรเกี่ยวกับความโกรธ?

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

พระคัมภีร์ได้ให้ความจริงของพระเจ้าแก่ฉันเกี่ยวกับเรื่องความโกรธและวิธีการที่ฉันสามารถใช้ความโกรธในทางบวก

2. ข้อพระธรรมหลัก

ฟิลิปปี 2:5 ฉบับอมตธรรมร่วมสมัย TNCV
ท่านควรมีท่าทีแบบเดียวกับพระเยซูคริสต์

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

จะใช้บทที่ 3 ของคู่มือผู้เรียนร่วมกับบทเรียนนี้ รวมถึงโครงการที่ 5 “ความโกรธในพระคัมภีร์” และโครงการที่ 6 “พระเยซูกับความโกรธของพระองค์” ในสมุดบันทึกโครงการก็เช่นกัน

4. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (2-3 นาที)

เราอาจเริ่มต้นคาบเรียนนี้โดยการขอให้ผู้เรียนพูดถึงทัศนคติที่เขามีเกี่ยวกับพระเจ้าและพระพิโรธของพระองค์ที่มีต่อผู้คน ซึ่งก็อาจจะรวมถึงเรื่องราวในวัยเด็กที่พวกเขาเคยกลัวพระเจ้าด้วย บางคนเคยคิดว่าเวลาที่มิใช่พายุฝนแล้วมีเสียงฟ้าร้องฟ้านั้นหมายความว่าพระเจ้าโกรธพวกเขา

5. ทบทวนบทเรียน 1-3 คร่าว ๆ (2-3 นาที)

ให้ทบทวน 3 ประเด็นหลักจากบทเรียนที่ 1 คร่าว ๆ ดังนี้คือ

- มีวิธีการมากมายที่แตกต่างกันในการตอบสนองด้วยความโกรธ
- ความโกรธเป็นเหมือนนักเลงที่แสวงหาการควบคุมชีวิตของเรา
- เราจำเป็นต้องรับผิดชอบสำหรับความโกรธของตนเอง

ในบทเรียนที่ 2 และ 3 เราได้พูดถึงเนื้อหา “เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?”

เตรียมโปสเตอร์ที่เขียนคำจำกัดความ “สิทธิส่วนบุคคล” ให้อ่านคำจำกัดความนั้นอีกครั้ง ใช้ภาพถ่ายอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วที่ยังรากลึกโดยชี้ให้เห็นว่าสิทธิส่วนบุคคลของเราคือสิ่งที่หล่อเลี้ยงความโกรธของเรา

และสิ่งสำคัญที่เราควรทำก็คือการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า

6. บันทึกของครูเกี่ยวกับบทเรียนของวันนี้

4

บทที่ 3 ของคู่มือผู้เรียนจะเป็นการมุ่งเน้นในบทเรียนที่ 4 และ 5 ของคู่มือครูเล่มนี้ และในบทเรียนที่ 4 นั้นเราจะค้นพบส่วนนั้นของบทที่ 3 ซึ่งพูดถึงวิธีการที่พระเยซูทรงใช้ความโกรธของพระองค์ ส่วนในบทเรียนที่ 5 นั้นจะพูดถึงวิธีการที่คนอื่นในพระคัมภีร์ใช้ความโกรธ

7. แนะนำบทเรียนของวันนี้ (2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 37

สองคาบเรียนก่อนหน้านี้นี้เราได้รู้วิธีการที่เราสามารถหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธได้อย่างไร และสิทธิส่วนบุคคลของเราเป็นสิ่งที่หล่อเลี้ยงความโกรธอย่างไร วันนี้ขณะที่เราพูดถึงเรื่องราวเกี่ยวกับความโกรธในพระคัมภีร์และในคาบเรียนต่อไป ให้นำประเด็นหลักๆ ที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ และสิทธิส่วนบุคคลมาย้ำในคาบเรียนสุดท้ายด้วย

เป้าหมายสำหรับบทเรียนวันนี้ตามที่ข้อพระธรรมหลักกล่าวไว้ก็คือดูสิ่งๆ ที่พระเจ้าตรัสเกี่ยวกับความโกรธ ความจริงของพระเจ้าเรื่องความโกรธเป็นคำสอนที่น่าเชื่อถือมากที่สุด

ในพระคัมภีร์ตั้งแต่ปฐมกาลถึงวิวรณ์ใช้ถ้อยคำ เช่น ความโกรธ ความเดือดดาล ความโกรธเคือง พิโรธ ถูกใช้มากกว่า 600 ครั้ง วันนี้เราจะมองดูบางข้อพระคัมภีร์ที่ให้ความเข้าใจแก่เราในเรื่องความโกรธและวิธีการที่เราสามารถใช้ความโกรธในวิถีทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยได้

8. ครอบคลุมหัวข้อ ก.-1 พระเจ้าสร้างเราพร้อมทั้งความสามารถที่จะมีประสบการณ์กับความโกรธ (2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 37-38

เมื่อพระเจ้าทรงสร้างเราพระองค์ทรงสร้างให้เราสามารถมีประสบการณ์กับอารมณ์ของความโกรธ อภิปรายคร่าวๆ ว่าพระเจ้าตรัสอะไรบ้างเกี่ยวกับวิธีการที่พระองค์ทรงสร้างเราในปฐมกาล 1:27, 31 และพระเจ้าชอบพระทัยในสิ่งที่พระองค์ทรงสร้างด้วย

มารไม่ได้เป็นผู้ให้ความโกรธแก่เรา เพราะพระเจ้าทรงสร้างเราพร้อมกับอารมณ์ของความโกรธ ดังนั้นพระองค์ก็มีวิถีทางสำหรับเราในการใช้อารมณ์นี้ด้วยเพื่อว่าอารมณ์นี้จะไม่เป็นสิ่งที่ทำลายล้างแต่เป็นพลังในทางสร้างสรรค์ให้กับชีวิตเรา

อย่างไรก็ตามมารจะใช้ปัญหาและความขัดแย้งเพื่อทำให้เราอยู่ในสถานการณ์ที่ง่ายต่อการใช้ความโกรธในวิถีทางที่นำเราสู่ความบาป ทุกครั้งที่เราถูกทดลองให้โกรธนั้นไม่ถือว่าเป็นบาปโดยอัตโนมัติ แต่มารพยายามใช้ความโกรธของเราเพื่อทำให้เราทำบาป นั่นคือใช้ความโกรธเป็นอาวุธในการนำการทำลายล้างมาสู่ชีวิตของเราและคนที่อยู่รอบข้างชีวิตเรา

9. **ครอบคลุมหัวข้อ ก.-2 พระคัมภีร์บอกเราว่าจะโกรธอย่างไรโดยไม่ทำบาป**

(2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 38

ข้อพระธรรมที่ใช้สนับสนุนคือ เอเฟซัส 4:26-27 พระคัมภีร์ไม่ได้ห้ามไม่ให้เราโกรธ แต่เตือนเราให้ระวังที่จะไม่ทำบาปเมื่อเรากำลังโกรธ ซึ่งจะเป็นการทำลายเราตลอดการเรียนวิชานี้



10. **ครอบคลุมหัวข้อ ก.-3 พระเยซูกับความโกรธ (10-20 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 39**

และโครงการที่ 6 “พระเยซูกับความโกรธของพระองค์”

มีเรื่องราวมากมายในชีวิตของพระเยซูซึ่งสามารถนำมาใช้เพื่อแสดงถึงวิธีการที่พระเยซูทรงใช้ความโกรธของพระองค์ อีกทางเลือกหนึ่งในการเรียนคือมอบหมายให้ผู้เรียนเตรียมตัวรายงานหน้าชั้นเรียนเกี่ยวกับวิธีการที่พระเยซูทรงตอบสนองในสถานการณ์ต่างๆ ขณะที่พระองค์ทรงโกรธ ผู้เรียนสามารถใช้เรื่องราวจากชีวิตของพระเยซูซึ่งมีอยู่ใน โครงการที่ 6 ของสมุดบันทึกโครงการได้

หรือให้ทำโครงการที่ 6 ในชั้นเรียนก็ได้ โดยแบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อยๆ แล้วให้ผู้เรียนช่วยกันตอบคำถามจากเรื่องราวชีวิตของพระเยซูแต่ละเรื่องที่อยู่ในโครงการ ใช้เวลาประมาณ 4-6 นาทีแล้วในการทำรายงาน แล้วให้แต่ละกลุ่มออกมาพูดหน้าชั้นว่าพระเยซูมีวิธีใช้ความโกรธของพระองค์ในสถานการณ์นี้อย่างไร

มีตัวอย่างคำถามที่วิเคราะห์วิธีการที่พระเยซูทรงใช้ความโกรธของพระองค์ เรื่องราวในพระคัมภีร์แต่ละเรื่องอาจไม่มีคำตอบที่ชัดเจน ดังนั้น ผู้เรียนสามารถเสนอความคิดเห็นของตนเองลงไปได้

1. อะไรทำให้พระเยซูทรงโกรธในสถานการณ์นี้?
2. พระเยซูทรงแสดงออกถึงความโกรธของพระองค์อย่างไรบ้าง?
3. พระเยซูทรงกระทำอะไรกับความโกรธของพระองค์?
4. คนอื่นๆ มีปฏิกิริยาต่อความโกรธของพระเยซูอย่างไรบ้าง?
5. เราได้เรียนรู้อะไรจากการใช้ความโกรธของพระเยซูเพื่อนำมาปรับใช้ในชีวิตของเรา?

คำถามจากโครงการที่ 6 ในสมุดบันทึกโครงการ

มีบางเรื่องราวในพระคัมภีร์ที่เราสามารถใช้สอนประกอบบทเรียนนี้หรือใช้ตัวอย่างอื่นที่เราารู้สึกว่าเหมาะสมกับผู้เรียนมากกว่าได้ พระคัมภีร์ที่ให้ไว้ด้านล่างมีอยู่ในโครงการที่ 6 ของสมุดบันทึกโครงการ

1. มาระโก 3:1-6 (พระเยซูทรงรักษาชายที่มีมือลีบ)
2. มาระโก 10:10-16 (พระเยซูทรงอวยพรเด็กเล็กๆ และพระองค์ทรงโกรธเมื่อพวกเขาพยายามกีดกันเด็กๆ ให้ห่างจากพระองค์)
3. ยอห์น 11--อ่านทั้งบท แต่ดูข้อ 33 และ 38 เป็นพิเศษ (พระเยซูทรงพิโรธในการตายของลาซารัส)
4. มัทธิว 21:12-17 หรือ ยอห์น 2:12-22 (พระเยซูทรงชำระพระวิหาร)

เรื่องราวในคู่มือผู้เรียนหน้า 39 คือ มาระโก 3:1-6 พุถึงเหตุการณ์ครั้งหนึ่งในธรรมศาลาการตอบสนองของพวกผู้นำทางศาสนาทำให้พระเยซูทรงโกรธ

ด้านล่างคือตัวอย่างการทำงานชิ้นนี้จากเรื่องราวในมาระโก 3:1-6

1. อะไรทำให้พระเยซูทรงโกรธในสถานการณ์นี้?

หากผู้เรียนตอบว่า “พวกเขานิ่งเงียบ” ให้ถามต่อว่า ทำไมพระเยซูจึงทรงพิโรธชายเหล่านี้? เกิดอะไรขึ้นภายในชีวิตของพวกเขาที่ทำให้พระเยซูทรงพิโรธ?

2. พระเยซูทรงแสดงออกถึงความโกรธของพระองค์อย่างไรบ้าง?

- พระเยซูทรงมีสีหน้าที่โกรธ ถามผู้เรียนว่า สีหน้าท่าทางที่แสดงความโกรธนั้นหมายความว่าอย่างไร
- เมื่อพระเยซูโกรธพระองค์ไม่ได้ทำบาป พระองค์ไม่ได้สาปแช่งชายเหล่านี้ที่มีใจแข็งกระด้าง พระเยซูควบคุมตนเองได้และทรงควบคุมความโกรธของพระองค์ได้ด้วย

3. พระเยซูทรงทำอะไรกับความโกรธของพระองค์?

พระเยซูทรงรักษาชายคนนั้นที่มีมือลีบ พระเยซูทรงใช้ความโกรธของพระองค์ในวิธีที่สร้างสรรค์ ไม่ใช่ในทางทำลาย

4. คนอื่นๆ มีปฏิกิริยาต่อความโกรธของพระเยซูอย่างไรบ้าง?

- ผู้นำศาสนาได้ละจากการประชุมนมัสการนั้นและวางแผนที่จะฆ่าพระเยซู
- พวกเขาอยู่กับพระเยซูตลอดการประชุมนมัสการนั้น
- คนอื่นส่วนใหญ่อยู่ฟังสิ่งที่พระเยซูกล่าวกับพวกเขา

5. เราได้เรียนรู้อะไรจากการใช้ความโกรธของพระเยซูเพื่อนำมาปรับใช้ในชีวิตของเรา?

- คำตอบส่วนตัว

อธิบายแก่ผู้เรียนว่าพระเยซูไม่ได้ทรงพิโรธเพราะเหตุที่ผู้คนละเมิดสิทธิส่วนบุคคลของพระองค์ ในทางตรงข้าม เรื่องราวเหล่านี้แสดงให้เห็นภาพของการที่คนๆ หนึ่งจะใช้ความโกรธในการทำให้พระประสงค์ของพระเจ้าสำเร็จจากสถานการณ์นั้นๆ โดยไม่ได้ทำลายสิ่งใด

หนุนใจผู้เรียนให้ดูว่ามีพระคัมภีร์ตอนอื่นที่พระเยซูทรงใช้ความโกรธในวิถีทางที่ไม่ได้นำพระองค์ไปสู่ความบาปอีกหรือไม่ ขณะที่เราสรุปบทเรียนส่วนนี้ ชี้ให้เห็นด้วยว่าพระเยซูไม่ได้ทรงอนุญาตให้ความโกรธเป็นนายเหนือชีวิตจนนำพระองค์สู่เส้นทางของการทำลาย

11. **อภิปรายโครงการที่ 5 “ความโกรธในพระคัมภีร์”** (3-7 นาที)

ถ้ามีเวลาพอให้ผู้เรียนอภิปรายข้อพระธรรมที่ได้ให้ไว้ในโครงการที่ 5 “ความโกรธในพระคัมภีร์” หากเราไม่มีเวลาพอที่จะพูดคำถามทั้งหมดนี้ จงเลือกคำถามที่ไม่ได้อยู่ในประเด็นที่เราเรียนในวันนี้

12. **กิจกรรมทางเลือก หากเรามีเวลา** (0-10 นาที)

หากยังมีเวลา ให้ผู้เรียนอ่านข้อพระคัมภีร์บางตอนซึ่งพูดถึงเรื่องความโกรธ บางส่วนในพระคัมภีร์เหล่านี้จะถูกสอนในการเรียนครั้งหน้า แต่ยังมีข้อพระคัมภีร์อีกมากช่วยให้เราเข้าใจมุมมองของพระเจ้าเกี่ยวกับความโกรธ ยกตัวอย่างเช่น พระธรรมสุภาพิต

ผู้เรียนอาจค้นหาข้อพระคัมภีร์ในสุภาพิตซึ่งเกี่ยวข้องกับความโกรธ โดยการใช้นั่งสืบค้นศัพท์สัมพันธ์หรือค้นหาในเว็บไซต์ อย่างเช่น www.Biblegateway.com ซึ่งมีพระคัมภีร์ออนไลน์ที่เราสามารถค้นหาคำได้ในหน้าที่เป็นการค้นหาคำนั้น ยังมีทางเลือกที่จะค้นหาในหลากหลายฉบับแปลในเวลาเดียวกันด้วย

อีกทางเลือกหนึ่งก็คือ แบ่งชั้นเรียนเป็นกลุ่มย่อย และแจกข้อพระคัมภีร์หลายๆ ข้อให้แก่แต่ละกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มอ่านข้อพระคัมภีร์แล้วเขียนว่าหลักความจริงที่พระคัมภีร์แต่ละข้อนั้นพูดถึงเรื่องความโกรธไว้อย่างไรบ้าง

13. **ครอบครัวหวั่นข้อ ค. อะไรทำให้พระเจ้าทรงพิโรธ?** (3-5 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที 45-46

จงเริ่มต้นเนื้อหาบทเรียนส่วนนี้โดยการอภิปรายเรื่องของโยนาห์

โยนาห์ 4:2 **สมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971**

“เพราะข้าพระองค์ทราบว่าคุณ พระองค์ทรงเป็นพระเจ้า ผู้ทรงกอบปรีย์ด้วยพระคุณ และทรงพระกรุณา ทรงกริ้วข้าและบริบูรณ์ด้วยความรักมั่นคง และทรงกลับพระทัยไม่ลงโทษ”

นี่คือน้ำพระทัยของพระเจ้า พระองค์ไม่ได้มีปัญหาเรื่องความโกรธ



หลังจากนั้นให้อ่านฮีบรู 3:10 เพื่อชี้ให้เห็นว่าพระเจ้าไม่ได้ทรงพิโรธต่อเราเมื่อเราหันไปจากความช่วยเหลือและการสำแดงความรักของพระองค์

คำเตือนให้ระวังส่วนของบทเรียน มีข้อพระคัมภีร์มากมายในพระคัมภีร์ที่พูดถึงพระพิโรธของพระเจ้า ผู้เรียนบางคนอาจนำคำถามที่ซับซ้อนบางอย่างขึ้นมาถามเกี่ยวกับพระเจ้าและพระพิโรธของพระองค์ อย่างไรก็ตามที่จะพิจารณาดูข้อพระธรรมเหล่านั้น แต่อธิบายว่าการเรียนวันนี้ไม่ใช่เพื่อจะพยายามตอบคำถามเหล่านั้น หนุนใจผู้เรียนพูดคุยเรื่องนี้กับเราหลังเลิกเรียนดีกว่าเพื่อที่จะไม่ทำให้ผู้เรียนคนอื่นสับสนไปด้วย

4

14. การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว (5-8 นาที)

ให้อ้างอิงหลักความจริงจากพระคัมภีร์และข้อพระธรรมหลักสำหรับวันนี้เพื่อท้าทายผู้เรียนให้มองชีวิตตนเองและวิธีที่พวกเขาแสดงความโกรธด้วยความสัตย์ซื่อ

ท้าทายผู้เรียนให้ศึกษาพระคัมภีร์โดยเฉพาะข้อที่เกี่ยวกับชีวิตของพระเยซู เพื่อค้นหาสิ่งที่จะสอนเราเกี่ยวกับวิธีการใช้ความโกรธทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย

สำหรับการประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัวในวันนี้ ให้ผู้เรียนมองจุดที่ความโกรธมีอิทธิพลในชีวิตของเขาด้วยความสัตย์ซื่อ ให้ผู้เรียนเลือกพระคัมภีร์ที่พวกเขาได้เรียนรู้จากชีวิตของพระเยซูซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตของตนเองในสัปดาห์นี้

15. การบ้าน

- ก. ในช่วงท้ายของคาบเรียนให้ผู้เรียนทำแบบทดสอบย่อยจากยากอบ 1:19-20
- ข. ให้คะแนนโครงการที่ 5 เรื่อง “ความโกรธในพระคัมภีร์”
- ค. ให้คะแนนโครงการที่ 6 เรื่อง “พระเยซูกับความโกรธของพระองค์”
- ง. มอบหมายให้ผู้เรียนอ่านบทที่ 3 ในคู่มือผู้เรียนอีกครั้งเพื่อเป็นการเตรียมตัวสำหรับการเรียนครั้งหน้า เพื่อดูว่าคนอื่นๆ ในพระคัมภีร์ใช้ความโกรธของพวกเขาอย่างไร

16. การประเมินผลบทเรียน

กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้

ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?

ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจมากที่สุด?

เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 5

ผู้คนในพระคัมภีร์ใช้ความโกรธอย่างไรบ้าง?

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

พระคัมภีร์มีตัวอย่างทั้งด้านบวกและด้านลบเรื่องวิธีที่ฉันสามารถใช้ความโกรธในชีวิต

2. ข้อพระธรรมหลัก

1 โครินธ์ 10:11 (ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971)

เหตุการณ์เหล่านี้ได้บังเกิดแก่เขาเพื่อเป็นตัวอย่างและได้บันทึกไว้เพื่อเตือนสติเราทั้งหลายซึ่งกำลังประสบวาระสุดท้ายแห่งบรรดาอายุคนเก่า

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

บทเรียนนี้จะใช้ร่วมกับบทที่ 3 ของคู่มือผู้เรียน และโครงการที่ 7 “บุคคลที่แสดงความโกรธในพระคัมภีร์” ในสมุดบันทึกโครงการ ก็อาจนำมาใช้ด้วยเช่นกัน

4. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (2-3 นาที)

อาจพูดถึงข่าวในปัจจุบันที่เรื่องราวเหมือนกับวิธีการที่คนในพระคัมภีร์แสดงความโกรธเพื่อแสดงให้เห็นว่าไม่ว่าเวลาจะผ่านไปกี่พันปีคนก็ยังแสดงความโกรธเหมือนกัน ทุกวันนี้ความโกรธถูกใช้ในวิถีทางที่ทำลายอย่างไรความโกรธก็เคยถูกใช้อย่างนั้นเมื่อหลายพันปีก่อนเช่นกัน

5. ทบทวนบทที่ 1 และ 2 ของคู่มือผู้เรียน คร่าวๆ (2-3 นาที)

ให้ทบทวน 3 ประเด็นหลักจากบทที่ 1 คร่าวๆ ดังนี้

- มีวิธีการที่แตกต่างกันมากมายในการตอบสนองด้วยความโกรธ
- ความโกรธเป็นเหมือนนักเลงที่เสาะหาการควบคุมชีวิตของเรา
- เราต้องรับผิดชอบความโกรธของตนเอง

ในบทที่ 2 นั้นเราพูดถึง “เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?”

- เตรียมโปสเตอร์ที่เขียนคำจำกัดความ “สิทธิส่วนบุคคล” แล้วอ่านคำจำกัดความนั้นอีกครั้ง ใช้ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วที่ยังรากลึกโดยชี้ให้เห็นว่าสิทธิส่วนบุคคลของเราคือสิ่งที่หล่อเลี้ยงความโกรธของเรา
- และสิ่งสำคัญที่เราควรทำก็คือการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า

6. แนะนำบทเรียนของวันนี้ (2-4 นาที)

การเรียนก่อนหน้านี้อาจได้ดูวิธีการที่พระเยซูใช้ความโกรธในชีวิตของพระองค์ ขณะที่สอนวันนี้เมื่อพูดถึงเรื่องในพระคัมภีร์เกี่ยวกับความโกรธเราต้องนำประเด็นหลักๆ ที่เกี่ยวข้องกับความโกรธและสิทธิส่วนบุคคลซึ่งพูดถึงในบทเรียนที่ 2 และ 3 มาโยงเข้าด้วยกัน

7. แนะนำหัวข้อ ข.คนในพระคัมภีร์ใช้ความโกรธอย่างไรบ้าง?

(2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 39

การเรียนวันนี้เราจะใช้เวลาส่วนใหญ่ในการดูชีวิตของผู้คนในพระคัมภีร์ว่าพวกเขาใช้ความโกรธอย่างไรบ้าง ทั้งในด้านบวกและในด้านที่นำไปสู่บาป ในขณะที่ดูชีวิตบุคคลในพระคัมภีร์ทำทนายผู้เรียนให้พิจารณาชีวิตของตัวเองด้วย บุคคลเหล่านี้เป็นตัวอย่างแก่เราทั้งในด้านบวกและในด้านลบเกี่ยวกับวิธีการใช้ความโกรธ

บันทึกสำหรับครู

การเรียนวันนี้อาจให้ผู้เรียนนำเสนอเรื่องราวในพระคัมภีร์ มี 2 ทางเลือกดังนี้

ทางเลือกที่ 1: มอบหมายบุคคลในพระคัมภีร์ให้ผู้เรียนแต่ละคนล่วงหน้า สามารถเลือกบุคคลจากพระคัมภีร์จากโครงการที่ 7 “บุคคลที่แสดงความโกรธในพระคัมภีร์” ก็ได้ จากนั้นให้ผู้เรียนแต่ละคนนำเสนอหนึ่งคนจากพระคัมภีร์คร่าวๆ โดยใช้คำถามในโครงการที่ 7 อธิบายว่าเราได้รับบทเรียนอะไรจากชีวิตของบุคคลนี้

ทางเลือกที่ 2: แบ่งชั้นเรียนเป็นกลุ่มย่อยๆ แล้วมอบหมายบุคคลในพระคัมภีร์ให้แต่ละกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันตอบคำถามที่อยู่ในโครงการที่ 7 แล้วออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียนหรือให้แสดงเป็นละครก็ได้

ในขณะที่วิเคราะห์แต่ละบุคคลในพระคัมภีร์ ให้การวิเคราะห์ที่ยึดอยู่ที่สองประเด็นหลักนี้

1. ให้ผู้เรียนเขียนสิทธิส่วนบุคคลซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่องนี้
2. วิเคราะห์ว่าบุคคลในพระคัมภีร์ตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ทำให้เขาโกรธอย่างไรแล้วสรุปว่าพระเจ้าต้องการให้เราใช้ความโกรธด้วยวิธีนี้หรือไม่ หรือว่านี่คือวิธีที่พระเจ้า ไม่ต้องการให้เราแสดงความโกรธแบบนั้น

ในบทที่ 3 ของคู่มือผู้เรียนมีการเชื่อมต่อระหว่างบทที่ 2 และบทที่ 4 ให้นำ ประเด็นเรื่องสิทธิส่วนบุคคลและการใช้ความโกรธในทางทำลายมาเชื่อมโยงเข้ากับเรื่องราวในพระคัมภีร์ที่เราจะอภิปรายด้วย สิ่งที่สำคัญคือเราต้องเรียนรู้วิถีทางใหม่ๆ ในการตอบสนองต่อความโกรธ หัวข้อที่เกี่ยวข้องประเด็นเหล่านี้จะอยู่ในบทเรียนที่ 6-9

อาจมีบุคคลในพระคัมภีร์คนอื่นๆ ที่สามารถนำมาเพิ่มเติมเพื่อใช้สอนร่วมกับบุคคลในพระคัมภีร์ที่บทเรียนได้ให้ไว้ได้

8. ครอบคลุมหัวข้อ ข.-1. คาอิน (5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 40-41

เมื่อพูดถึงชีวิตของคาอินเขาเป็นหนึ่งในเรื่องราวแรกๆ ของพระคัมภีร์ แสดงให้เห็นว่าความโกรธเป็นปัญหาตั้งแต่สมัยแรกเริ่มของมนุษย์ที่ดำเนินอยู่ในโลกนี้แล้ว

มีหลายประเด็นในหน้าที่ 40 ของคู่มือผู้เรียนพูดถึงพระเจ้าทรงสื่อสารกับคาอินและการตอบสนองของเขา ใช้หัวข้อด้านล่างเพื่อแสดงให้เห็นว่าความโกรธที่ไม่มีการควบคุมนั้นจะนำความเสียหายมาสู่ชีวิตของเราและคนรอบข้างเราได้อย่างไร

พระเจ้าทรงพูดกับคาอินอย่างชัดเจน

- 1) พระเจ้าพยายามช่วยให้คาอินสำรวจว่า “ทำไมเขาจึงโกรธมากขนาดนั้น?”
- 2) พระเจ้าบอกคาอินว่าเขาจะได้รับการยอมรับหากเขากระทำการสิ่งที่ถูกต้อง
- 3) แล้วพระเจ้าเตือนคาอินว่า หากเขาปฏิเสธที่จะทำสิ่งที่ถูกต้องแล้ว จงระวังตัวไว้เถิด!
- 4) ความบาปกำลังหมอบที่ประตู จ้องที่จะควบคุมเขาอยู่
- 5) พระเจ้าตรัสกับคาอินว่าเขาจำเป็นต้องควบคุมความโกรธไว้ให้ดี และปกครองเหนือ ความโกรธนั้น

จากคู่มือผู้เรียนหน้า 40



ขณะที่เราสอนเรื่องราวของคาอิน จงอธิบายว่าพระเจ้าตรัสชัดเจนว่าหากคาอินไม่ควบคุมความโกรธของเขาให้ดีความโกรธจะเปิดประตูให้ซาตานนำตัวเขาไปสู่เส้นทางของความบาปอย่างไร เรื่องนี้แสดงให้เห็นชัดว่าพระเจ้าทรงเชื่อว่าเราสามารถควบคุมความโกรธของเราได้ เพราะพระเจ้าตรัสกับคาอินว่าเขาต้องเอาชนะความโกรธของเขา หากไม่แล้วความทุกข์ลำบากจะรออยู่เบื้องหน้าเขา

ให้ผู้เรียนเขียนผลลัพธ์ที่เกิดจากความโกรธของคาอิน ผลลัพธ์คือคาอินฆ่าน้องชายของเขา ให้ดูผลลัพธ์ในระยะยาวของความโกรธที่อยู่นอกเหนือการควบคุม และอ้างอิงกลับไปยังประเด็นจากบทเรียนที่ 1 ความโกรธเป็นเหมือนนักเลงที่ต้องการจะควบคุมชีวิตของเรา นี่คือนิสัยที่เกิดขึ้นกับคาอิน

อย่าลืมเขียนสิทธิส่วนบุคคลที่คาอินยึดถือไว้จนนำเขาสู่เส้นทางแห่งความพินาศ

5

9. ครอบคลุมหัวข้อ ข.-2 โยเซฟ (5-10 นาที) ดูคู่มือผู้เรียนหน้าที่ 41-42

หากมีผู้เรียนหนึ่งคนหรือมากกว่านั้นที่จะนำเสนอเรื่องราวของโยเซฟ เราอาจถ่ายเอกสารคู่มือครูในช่วงนี้ให้พวกเขาใช้เตรียมตัวล่วงหน้า

เมื่อพูดถึงชีวิตของโยเซฟ เขาเป็นหนึ่งในบุคคลตัวอย่างที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของพระคัมภีร์ที่ต้องเผชิญกับปัญหาที่ใหญ่มากๆ แต่ถึงกระนั้นเขาก็ไม่ยอมให้ความโกรธมีอำนาจในทางทำลายชีวิตของเขาได้ โยเซฟเป็นแบบอย่างที่เราเห็นว่าแม้ว่าสิ่งเลวร้ายกำลังเกิดขึ้นกับชีวิตของเรา แต่เมื่อเราสามารถมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับพระเจ้าและไม่ยอมให้ความโกรธมาควบคุมชีวิตของเราได้

คู่มือผู้เรียนเพื่อหาข้อมูลเพิ่มเติม

พูดถึงภูมิหลังเกี่ยวกับเรื่องราวตอนนี้คร่าวๆ จากนั้นให้ผู้เรียนคนหนึ่งอ่านบางส่วนของเรื่องราวนี้จากปฐมกาล 37 โดยเริ่มจากข้อที่ 14-20 โยเซฟมาจากครอบครัวที่รับผิดชอบต่อบทบาทหน้าที่แบบไม่ถูกไม่ควร คุณพ่อของเขามีภรรยา 2 คนแต่รักเพียงคนเดียว แม้โยเซฟจะเป็นบุตรคนที่ 11 แต่ถึงกระนั้นเขาก็เป็นลูกคนโปรดของพ่อ

ให้ผู้เรียนตอบว่าพวกเขาวางแผนทำความผิดเนื่องจากความโกรธของพวกเขาอย่างไรบ้าง คำตอบคือพวกเขาขโมยเสื้อของโยเซฟ

สุดท้ายพวกเขาตกลงใจทำอะไรแทน? ปฐมกาล 37:26 พวกเขาขายโยเซฟไปเป็นทาส

เวลานี้ให้ผู้เรียนมองดูเรื่องราวตอนนี้จากมุมมองของโยเซฟบ้าง หากผู้เรียนเป็นโยเซฟจะรู้สึกอย่างไร?

หลังจากที่ผู้เรียนตอบแล้วให้เล่าเรื่องราวของโยเซฟที่เหลือต่อ คือ โยเซฟถูกขายไปเป็นทาส แล้วภรรยาไปทิวาห์ก็กล่าวหาโยเซฟว่าจะข่มขืนเธอ โยเซฟต้องอยู่ในคุกเป็นเวลาหลายปี

หากผู้เรียนเป็นโยเซฟที่ต้องถูกจับอยู่ในคุกหลายๆ ปีจะรู้สึกอย่างไรบ้าง?

หลายปีต่อมาโยเซฟได้รับการยกย่องขึ้นสูงจนมีตำแหน่งสูงรองจากฟาโรห์แห่งอียิปต์ และอีกหลายปีต่อมาพี่น้องของเขาได้มาซื้อข้าวที่อียิปต์

หากผู้เรียนอยู่ในสถานะเดียวกับโยเซฟจะทำอย่างไรกับพวกพี่ชาย?

หลังจากนั้นก็เล่าเรื่องราวในบทที่ 50 คือเมื่อยาโคบบิดาของพวกเขาได้เสียชีวิต พวกพี่น้องมาหาโยเซฟแล้วเปิดเผยว่าพวกเขากลัวว่าโยเซฟอาจกำลังวางแผนที่จะแก้แค้นในสิ่งที่พวกพี่ๆ ได้เคยทำกับโยเซฟเมื่อหลายปีก่อนแน่ๆ

ให้ผู้เรียนคนหนึ่งอ่านปฐมกาล 50:19-21 ในหน้าที่ 41 ของคู่มือผู้เรียน

แล้วอภิปรายการตอบสนองของโยเซฟที่แตกต่างจากสิ่งที่พวกพี่ๆ คิด โยเซฟตอบสนองด้วยความโกรธต่อพี่น้องหรือไม่? โยเซฟคิดอย่างไรเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต?

เรื่องของโยเซฟเป็นตัวอย่างที่ยอดเยี่ยมเรื่องการไม่ใช้ความโกรธในวิถีทางที่ทำลาย ในทางตรงข้ามโยเซฟให้อภัยพี่น้องและปฏิบัติต่อเขาด้วยความกรุณา หัวข้อนี้เป็นเรื่องที่เราจะเรียนในคาบถัดไป คือมีวิธีใหม่ๆ อะไรบ้างที่เราสามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ทำให้เราโกรธได้ง่ายๆ?

10. **ครอบคลุมหัวข้อ ข.-3 โมเสส** (5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 42-43

ขณะที่เรากำลังพูดเรื่องโมเสสและอีกสองคนถัดไปนั้น โมเสสถูกเลือกสรรโดยพระเจ้าและเขาเป็นผู้นำที่ยิ่งใหญ่แต่เขาก็ยังมีปัญหาเรื่องความโกรธด้วย บางครั้งความโกรธของเราดูเหมือนสอดคล้องกับพระพิโรธของพระเจ้า ในกัณฑ์ดารวิทย์บทที่ 20 บันทึกเรื่องราวของโมเสสที่ยอมให้ความโกรธควบคุมตัวเขาและนำไปสู่เส้นทางของความบาป นั่นคือการไม่เชื่อฟังพระเจ้า

ผลลัพธ์ของการที่โมเสสระเบิดความโกรธออกมาก็คือ โมเสสไม่ได้รับอนุญาตให้เข้าแผ่นดินใหม่ที่พระเจ้าทรงสัญญาไว้ พระเจ้าไม่ได้ทรงละเลยต่อความบาป



11. **ครอบคลุมหัวข้อ ข.-4 ดาวิด** (5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 43-44

เรื่องราวใน 1 ซามูเอล 25 แสดงให้เห็นว่าดาวิดยอมให้การดูหมิ่นทำให้เกิดความโกรธได้มากขนาดไหน ดาวิดยอมจนถึงกับวางแผนที่จะสังหารชายที่ดูหมิ่นเขาและชายทุกคนที่ทำงานให้กับนาบาลด้วยการแก้แค้นจะทำให้เราตกอยู่ในความทุกข์ยากลำบากอันใหญ่หลวงได้ นี่คือเหตุว่าทำไมพระเจ้าจึงบอกเราไม่ให้แก้แค้นแต่ให้ละไว้กับพระเจ้า

อะไรคือสิทธิส่วนบุคคลที่ดาวิดยึดไว้จนยอมให้ความโกรธที่ความกราดเกรี้ยวได้?

12. **ครอบคลุมหัวข้อ ข.-5 โยนาห์** (5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 44-45

แม้พระเจ้าจะทรงใช้โยนาห์อย่างยิ่งใหญ่แต่โยนาห์ก็ยังมีปัญหาความโกรธเช่นกัน ใช้เรื่องนี้เพื่อแสดงให้เห็นถึงความท้าทายที่เราต้องเผชิญเพื่อเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธในวิถีทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย

13. **การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว** (5 นาที)

กลับมายังหลักความจริงจากพระคัมภีร์และข้อพระธรรมหลักสำหรับวันนี้ ทำทนายผู้เรียนให้ย้อนมองกลับมาตัวเองอย่างสัตย์ซื่อ เอาใจใส่ชีวิต และวิธีการใช้ความโกรธของตัวเอง

ทำทนายผู้เรียนให้ศึกษาพระคัมภีร์เพื่อค้นหาวิธีการใช้ความโกรธในทางที่จะทำให้พระเจ้าพอพระทัย

สำหรับการประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัวของคาบเรียนวันนี้ ให้ผู้เรียนสัตย์ซื่อกับตนเองแล้วดูว่าความโกรธใดมีอิทธิพลในชีวิตของพวกเขา ให้ผู้เรียนเลือกว่าพวกเขาได้เรียนรู้บทเรียนจากชีวิตบุคคลต่างๆ ในพระคัมภีร์ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตของตนเองในสัปดาห์นี้อย่างไร

14. **การบ้าน**

- ก. มอบหมายให้ผู้เรียนอ่านบทเรียนที่ 4 ในคู่มือผู้เรียนเพื่อเป็นการเตรียมตัวสำหรับการเรียนครั้งถัดไป
- ข. ให้คะแนนโครงการที่ 7 เรื่อง “บุคคลที่แสดงความโกรธในพระคัมภีร์”
- ค. โครงการที่ 8 เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ” ให้นำมาเชื่อมโยงกับเนื้อหาที่จะถูกเรียนในคาบเรียนถัดไป หนุนใจผู้เรียนให้เริ่มทำโครงการนี้ได้เลย หลังจากที่พวกเขาอ่านบทที่ 4 ในคู่มือผู้เรียนแล้ว

15. การประเมินผลบทเรียน

กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้

ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?

ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?

เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 6

ก้าวแรกสู่การเจริญเติบโตใหม่ๆ

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

ฉันต้องเรียนรู้วิถีใหม่ๆ ของการตอบสนองซึ่งฉันสามารถนำมาใช้ในสถานการณ์ที่สิทธิส่วนบุคคล
ของฉันเคยถูกละเมิด

2. ข้อพระธรรมหลัก:

ยากอบ 1:19 (ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971)

ดูก่อนพี่น้องที่รักของเรา จงทราบบข้อนี้ จงให้ทุกคนไวในการฟัง ซ้ำในการพูด ซ้ำในการโกรธ

6

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

บทที่ 4 ของคู่มือผู้เรียนจะถูกนำมาใช้ร่วมกับบทเรียนนี้ รวมถึงโครงการที่ 4 และโครงการที่ 8 ในสมุด
บันทึกโครงการก็สามารถถูกนำมาใช้ด้วยเช่นกัน

โครงการที่ 4 “บททดสอบแรกที่ปราศจากสิทธิส่วนบุคคลของเรา”

โครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ”

4. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (5-10 นาที)

เริ่มต้นชั้นเรียนในวันนี้ด้วยการทบทวนประเด็นหลักที่เกี่ยวข้องกับสิทธิส่วนบุคคลซึ่งอยู่ในการเรียน
ก่อนหน้า

1. ความโกรธเป็นเหมือนนกเงือกที่แสวงหาจะครอบงำชีวิตของเรา
2. เราต้องรับผิดชอบความโกรธของเรา
3. อาจใช้ภาพตัวอย่างต้นวัชพืชเพื่อแสดงว่ารากแก้วของวัชพืชนี้เปรียบเหมือนสิทธิส่วนบุคคล
อย่างไรและอะไรคือส่วนสำคัญของสิทธิส่วนบุคคลที่หล่อเลี้ยงความโกรธของเรา
4. ให้ผู้เรียนยกตัวอย่างว่าการที่เขามองเห็นสิทธิส่วนบุคคลนั้นหล่อเลี้ยงความโกรธในชีวิตของตน
อย่างไรบ้าง

5. ให้สรุปการทบทวนนี้ด้วยการกลับไปบทที่ 2 ของคู่มือผู้เรียน “เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร?” คำที่สำคัญคือ “อำนาจในทางทำลาย” ซึ่งกำลังพูดถึงความเสียหายที่ความโกรธได้กระทำในอดีตและยังสามารถกระทำในอนาคตหากเรายังอนุญาตให้มันทำอยู่
6. วันนี้เราจะเริ่มเรียนเกี่ยวกับวิธีที่เราสามารถใช้ความโกรธในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย เราจะใช้เวลาวันนี้และอีก 3 คาบเรียนถัดไปกับประเด็นที่อยู่ในบทที่ 4 ของคู่มือผู้เรียน

5. **แนะนำบทเรียนวันนี้** (2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 47

เราจะใช้ความโกรธในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยก็เป็นการทำนายแน่นอน การใช้ความโกรธของตนในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยไม่ง่าย ไม่อาจเรียนรู้ได้ในวันเดียวหรือสัปดาห์เดียว แต่หากผู้เรียนจดจ่ออยู่ที่การรับใช้พระเยซูเขาก็จะได้รับชัยชนะในเรื่องนี้

จงเตือนให้ผู้เรียนเข้าใจว่าบทเรียนนี้ไม่ได้มุ่งใจให้พวกเขาเกิดความโกรธ แต่กลับเป็นสิ่งตรงข้าม เมื่อเราสอนคนให้ติดตามพระเยซู เรากำลังเรียกร้องให้คนนั้นงดเว้นจากการใช้ยาเสพติดอย่างสิ้นเชิง

อย่างไรก็ตาม หากปัญหาที่ควบคุมชีวิตนั้นเป็นการกินที่ไม่เหมาะสม เช่น โรคคอนอร์ริเชีย บูลิเมีย เป็นต้นแล้ว วิธีแก้ไขปัญหาคงไม่ใช่การหยุดกินแต่เป็นการเรียนรู้วิธีการกินในทางที่ถวายเกียรติแด่พระเจ้า คือ “การบริโภคอย่างมีความรับผิดชอบ”

เมื่อพูดถึงเรื่องความโกรธภาพในอุดมคติของพระเจ้าสำหรับเรานั้นไม่ใช่การที่เราจัดอารมณ์นี้ออกไปอย่างสิ้นเชิงแต่เป็น “การใช้อย่างมีความรับผิดชอบ” การเรียนรู้วิธีที่จะใช้ความโกรธในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยนั้นเป็นการทำทนายที่ใหญ่สำหรับผู้เรียนส่วนใหญ่และบางทีสำหรับครูด้วย!

6. **ครอบคลุมหัวข้อ ก. เตรียมตัวเผชิญปัญหาด้วยการตัดสินใจใหม่ที่จะมอบสิทธิส่วนบุคคลให้กับพระเจ้า** (5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 48-50

เมื่อพูดถึงปัญหาที่แตกต่างกัน 5 ประการซึ่งอยู่ในบทเรียนส่วนนี้ให้เราพูดคุยเพียงคร่าวๆ ประเด็นทั้งหมดเหล่านี้สามารถกลายเป็นปัญหาใหญ่ได้สำหรับผู้เรียน จุดประสงค์ของเราในการมองสิ่งเหล่านี้ก็เพื่อเป็นการเตือนให้ผู้เรียนระวังสิ่งที้อาจเกิดขึ้นในวันข้างหน้า

1. เอาชนะสงครามแห่งความกลัว
2. อย่ากล่าวโทษตนเองในทุกครั้งที่ล้มเหลว
3. เราจะยังคงรู้สึกโกรธอยู่

4. เราจะมองเห็นคนอื่นมีปัญหาเรื่องความโกรธ
5. อย่าทำให้ความโกรธของเรา “เป็นเรื่องฝ่ายวิญญาณ” จนเกินไป

คู่มือผู้เรียนหน้า 48-50

อย่าใช้เวลามากเกินไปในส่วนนี้ ส่วนที่จะตามมาในบทเรียนนี้ต่างหากที่สำคัญยิ่งกว่า

7. แนะนำหัวข้อ ข. ก้าวแรกสู่การเจริญเติบโตแบบใหม่ ๆ

(1-2 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 51-61

ขณะที่เรากำลังเริ่มต้นส่วนนี้ของบทเรียน ทั้ง 9 ชั้นตอนนี้แต่ละชั้นตอนจะเป็นส่วนสำคัญของการเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธในทางที่มีความรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง

วันนี้เราจะดูแค่ชั้นตอนที่ 1-5 เท่านั้น ส่วนชั้นตอนที่ 6-9 จะพูดในการเรียนครั้งต่อไป หนุนใจให้ผู้เรียนทำความเข้าใจกับทั้ง 9 ชั้นตอนและเริ่มนำแต่ละชั้นตอนมาปฏิบัติให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้

6

8. ครอบคลุมหัวข้อ ข.-1 เติมเต็มความคิดด้วยความจริงจากพระเจ้าเกี่ยวกับความโกรธ

(3-5 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 51-52

ท้าทายผู้เรียนให้เริ่มศึกษาพระคัมภีร์ที่พูดถึงสิ่งที่พระเจ้าตรัสเกี่ยวกับความโกรธอย่างละเอียด ยิ่งผู้เรียนเติมความคิดของตนด้วยความจริงของพระเจ้าในเรื่องนี้ให้เต็มมากเท่าไรพวกเขาาก็จะได้รับการเตรียมตัวในการรับมือกับความท้าทายที่จะเผชิญในวันข้างหน้าได้ดียิ่งขึ้นเท่านั้น

ข้อพระคัมภีร์ที่ให้ไว้ในคู่มือผู้เรียนหน้า 51-52 นั้นเป็นเพียงข้อพระธรรมไม่กี่ข้อที่พูดถึงเรื่องความโกรธ หนุนใจผู้เรียนให้ท่องจำข้อพระธรรมที่ช่วยหนุนชีวิตเขาให้มากที่สุด

หนุนใจผู้เรียนให้หาวิธีว่าพวกเขาสามารถนำข้อพระธรรมเหล่านั้นมาปฏิบัติในชีวิตได้อย่างไร

ท้าทายผู้เรียนให้ดูว่าเขาเคยมีความเชื่อผิดๆ เรื่องความโกรธอย่างไร ค้นหาวิธีการใช้พระคัมภีร์เป็นแหล่งข้อมูลใหม่เพื่อแสดงความจริงเรื่องความโกรธ รวมถึงวิธีที่พระเจ้าต้องการให้พวกเขาแสดงออกในชีวิต

9. **ครอบคลุมหัวข้อ ข.-2 การผูกพันตัวในแต่ละวันที่จะไม่ยึดสิทธิส่วนบุคคลของตน**
(3-5 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 52-53

เนื้อหาในประเด็นนี้สามารถสอนให้จบได้โดยเร็ว สิ่งสำคัญสำหรับผู้เรียนที่ต้องเข้าใจก็คือ การมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้านั้นเป็นกระบวนการไม่ใช่การกระทำเพียงครั้งเดียว เพราะในชีวิตนี้เขาจะยังคงมีความโกรธอีกหลาย ๆ ครั้ง

กุญแจสำคัญก็คืออย่ายอมเลิก แต่ให้กลับมาหาพระเจ้าและมอบสิทธิส่วนบุคคลที่ก่อให้เกิดความโกรธนั้นแด่พระเจ้าเรื่อยๆ แล้วหลังจากนั้นให้ทำตามขั้นตอนอื่นๆ ในบทเรียนนี้ต่อไป

10. **ครอบคลุมหัวข้อ ข.-3 จงตัดสินใจที่จะไม่ปล่อยให้ความโกรธควบคุมเราอีก**
(5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 53-54

เนื้อหาในประเด็นนี้สามารถสอนให้จบได้โดยเร็วเช่นกัน เพียงแค่ตัดสินใจว่าจะไม่ยอมให้ความโกรธเข้าควบคุมเรา ความหมายก็คือ ผู้เรียนต้องรับผิดชอบต่อความโกรธของตน และไม่โทษว่าใครเป็นคนทำให้พวกเขาโกรธ

11. **ครอบคลุมหัวข้อ ข.-4 ตั้งเป้าหมายว่าเราจะซ้ำในการโกรธ**
(5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 54-57

ประเด็นนี้และประเด็นถัดไปจำเป็นต้องใช้เวลาเป็นพิเศษ ใช้พระคัมภีร์ยากอบ 1:19-20 ในการแบ่งปัน แบ่งหัวข้อนี้ออกเป็นสามประเด็นตามที่กำหนดไว้ในพระธรรมนี้

การสอนเนื้อหาหัวข้อย่อย ก. **ทุกคนควรไวในการฟัง** เราจะนำหัวข้อนี้มาใช้กับชีวิตได้อย่างไร ในคู่มือผู้เรียนแนะนำว่า เราควรตั้งใจฟังสิ่งที่คนที่ทำให้เราโกรธพูด ที่สำคัญควรไวในการฟังพระเจ้า ในสถานการณ์นี้ด้วย เราจะฟังพระเจ้าได้อย่างไร? วิธีหนึ่งก็คือ ผ่านทางข้อพระคัมภีร์ที่เราได้ท่องจำ

เนื้อหาในอีกสองหัวข้อย่อยจะมีคำแนะนำสำหรับผู้เรียนในการนำข้อพระคัมภีร์มาใช้ในชีวิต ผู้เรียนจะได้รับแนวคิดเรื่องวิธีปฏิบัติเพิ่มเติมจากข้อพระคัมภีร์ตอนนี้ ครั้งต่อไปเราจะพูดคุยขั้นตอนที่ 5 ซึ่งจะอยู่บนหน้า 58 ของคู่มือผู้เรียน



12. **ครอบคลุมหัวข้อ ข.-5 พัฒนาทักษะใหม่ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งในอดีตเรามักใช้
ความโกรธ** (15-25 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 58-59

ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนที่สำคัญที่สุดจากทั้ง 9 ขั้นตอนสู่การเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธในทางที่ทำให้
พระเจ้าพอพระทัย

การเรียนวันนี้จำเป็นต้องเน้นที่เนื้อหาส่วนนี้เป็นหลัก การเรียนครั้งต่อไปจะมีรายละเอียดของ
ขั้นตอนที่ 5 เพิ่มเติมด้วย

1. **รูปแบบการตอบสนองแบบใหม่สำหรับทั้งชีวิตของเรา ที่ไม่ใช่เพียงแค่แทนที่ความโกรธ
เท่านั้น**

เมื่อสอนเนื้อหาส่วนนี้ หากผู้เรียนตั้งเป้าหมายที่จะใช้รูปแบบการตอบสนองแบบใหม่เฉพาะเวลา
ที่ถูกทดลองให้โกรธก็จะเป็นเป้าหมายที่แคบเกินไปและอาจจะนำไปสู่ความล้มเหลวมากกว่าจะนำสู่
ความสำเร็จ

ท้าทายผู้เรียนให้ตั้งเป้าหมายในการใช้รูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ตลอดไม่ว่าจะถูกทดลองให้
โกรธหรือไม่ก็ตาม ยกตัวอย่างเช่น การตั้งเป้าหมายว่าจะแสดงความอดทนต่อคนอื่นตลอดทั้งวันในทุก
สถานการณ์ ในขณะที่ผู้เรียนพัฒนาการตอบสนองแบบใหม่นี้เขาสามารถใช้รูปแบบนี้ทุกเวลาไม่ใช่
เฉพาะเวลาที่ถูกทดลองให้โกรธเท่านั้น

2. **ผู้เรียนจำเป็นต้องมีรูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ที่หลากหลาย**

ไม่ใช่เพียงแค่การพัฒนาารูปแบบการตอบสนองใหม่หนึ่งหรือสองรูปแบบเท่านั้น ผู้เรียนต้องรู้จักใช้
กลยุทธ์ที่แตกต่างกันในแต่ละสถานการณ์ที่ถูกทดลองให้โกรธ คุณลักษณะนิสัยของผู้เรียนแต่ละคนว่า
อะไรเป็นตัวกระตุ้นให้เขาเกิดความโกรธได้

3. **ความโกรธเป็นเหมือน “นักแสดง” ที่ปล้นการมองเห็นหนทางอื่นในการ ตอบสนองต่อหลายๆ
สถานการณ์ในชีวิตของเขา**

ความโกรธเป็นเหมือนนักแสดงที่บดบังหนทางอื่นในการตอบสนองต่อสถานการณ์ในชีวิตเขา เมื่อ
ผู้เรียนยอมมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแต่พระเจ้าและตัดสินใจที่จะตอบสนองด้วยวิถีทางใหม่ๆ พระเจ้า
จะทรงช่วยให้เขาเห็นหนทางใหม่ๆ ในการตอบสนอง

เตรียมกระดาษโปสเตอร์แล้วเขียนคำว่า “ความโกรธ” ไว้ด้านหนึ่ง และคำว่า “วิถีทางใหม่ในการ
ตอบสนอง” ไว้อีกด้านหนึ่ง อาจเขียนบนกระดาษก็ได้ ระบุสถานการณ์ที่ผู้เรียนเคยใช้ความโกรธใน
อดีต ช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่าจะมีวิธีการตอบสนองโดยไม่ใช้ความโกรธได้อย่างไร

เมื่อเขียนวิธีการใหม่ๆ ในการตอบสนองแล้ว ใช้หัวข้อถัดไปในการช่วยผู้เรียนประเมินรูปแบบที่
แตกต่างกันในการตอบสนองต่อสถานการณ์นั้นๆ

4. รูปแบบที่แตกต่างกัน 5 ลักษณะของการตอบสนอง

ในหน้าที่ 58 ของคู่มือผู้เรียนมี 5 ลักษณะที่แตกต่างกันของการตอบสนอง โดยลักษณะเหล่านี้ไม่ใช่วิธีการในการตอบสนอง แต่เป็นลักษณะแต่ละอย่างที่เกี่ยวกับวิธีที่แตกต่างกันในการตอบสนอง

**เราจำเป็นต้องพัฒนาวิถีทางใหม่ของการดำเนินชีวิตเมื่อมาถึงเรื่องของความโกรธ
ในชีวิตของเรา เช่น**

- 1) การตอบสนองที่เป็นแนวคิดใหม่
- 2) การตอบสนองทางด้านอารมณ์ใหม่
- 3) การตอบสนองด้านการกระทำแบบใหม่
- 4) การตอบสนองที่เป็นการพูดแบบใหม่
- 5) สีน้หน้าใหม่ที่ไม่ใช่ภาพลักษณ์ของความโกรธแบบว่า “ฉันอาจฆ่าคุณ!” แต่เป็น สีน้หน้าที่แตกต่างออกไปจากเดิม

คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 58

6

คราวนี้ให้ผู้เรียนกลับไปดูรายการตอบสนองที่เขียนไว้บนโปสเตอร์พร้อมกับตัวอย่างที่เราเพิ่งอภิปรายไป ทบทวนการตอบสนองที่เขียนไว้แล้วให้ผู้เรียนระบุว่าลักษณะใดของการตอบสนองที่มีพื้นฐานอยู่บน 5 ลักษณะตามรายการที่ให้ไว้ด้านบน นั่นคือการตอบสนองทางความคิด การตอบสนองทางอารมณ์ การตอบสนองทางการกระทำ การตอบสนองทางการพูด หรือทางสีหน้า?

เมื่อผู้เรียนตอบแล้ว ให้ดูว่ายังมีสิ่งอื่นที่เข้ากับลักษณะการตอบสนองทั้ง 5 ตกหล่นอีกหรือไม่ หากผู้เรียนยังไม่ได้เขียน “การตอบสนองทางความคิดใหม่” อย่างหนึ่งอย่างใดแล้วละก็ให้ช่วยกันเสนอความคิดว่ายังมีอะไรที่สามารถรวมเข้ากับการตอบสนองแบบใหม่ได้อีก

ในหน้าที่ 58-59 ของคู่มือผู้เรียน เราอาจใช้เวลาทบทวนการตอบสนองรูปแบบใหม่บางอย่างซึ่งสามารถใช้แทนที่การตอบสนองด้วยความโกรธ อาจกลับมาที่รายการด้านบนนี้และพิจารณาดูว่า “ความคิดใหม่” อะไรบ้างที่ผู้เรียนต้องนำมาปฏิบัติในวิถีทางใหม่ของการตอบสนองจริงๆ

ยกตัวอย่างเช่น การกระทำอันแรก **ความอดทนแทนที่ความโกรธ** เราจะตอบสนองด้วยความอดทนได้อย่างไร? อะไรคือความคิดที่ควรใช้เพื่อการแสดงความอดทน? มีอารมณ์อะไรบ้างที่ควรใช้เพื่อความอดทน? มีการกระทำและมีคำพูดอะไรบ้างที่จะใช้ร่วมกัน? เป็นต้น

5. เป็นการลงทุนลงแรงอย่างมากในการพัฒนารูปแบบใหม่ๆ ของการตอบสนอง

ช่วยผู้เรียนให้ตระหนักว่ารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่นั้นเป็นทักษะที่ต้องเรียนรู้ นั่นหมายความว่าจำเป็นต้องใช้ความอดทนอย่างมากและขยันหมั่นเพียรในการรักษาทักษะนี้ไว้แม้แต่ในกรณีที่ผู้เรียนอาจทำได้ไม่ค่อยดีนักในครั้งแรกๆ

รายการวิถีทางใหม่ๆ ในการตอบสนองที่ให้ไว้ในคู่มือผู้เรียนนั้นมีเพียงไม่กี่ตัวอย่าง เราสามารถเพิ่มเติมรายการเข้าไปได้อีกมาก

ประเด็นทั้งหมดนี้จะสอดคล้องกับโครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ” หากว่าผู้เรียนทำโครงการนี้เสร็จเรียบร้อยแล้ว อาจให้ผู้เรียนสองหรือสามคนแบ่งปันสักหนึ่งตัวอย่างในชั้นเรียน

ข้อเสนอแนะ ใช้สถานการณ์ที่ผู้เรียนรู้สึกว่าเป็นการง่ายที่จะโกรธ จากนั้นให้ช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่ามีทางใดที่สามารถตอบสนองแทนที่จะใช้ความโกรธได้ ขณะที่ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นใหม่ๆ จงให้เขียนด้วยว่าเป็นการตอบสนองทางความคิดใหม่ ทางอารมณ์ใหม่ ทางการกระทำใหม่ และทางคำพูดใหม่หรือไม่? โดยกลับไปดูที่รายการ 5 ลักษณะที่ให้ไว้ในหน้าที่ 58 ของคู่มือผู้เรียน

มีความคิดอะไรบ้างที่สามารถช่วยผู้เรียนให้ตอบสนองในวิถีทางใหม่?

มีอารมณ์อะไรที่ผู้เรียนสามารถใช้ในที่นี้แทนความโกรธ?

มีการกระทำที่แตกต่างกันที่ผู้เรียนสามารถทำได้หรือไม่?

มีคำพูดที่ผู้เรียนจะพูดให้แตกต่างออกไปอย่างไรได้บ้าง?

การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตร่วมตัวนั้นต้องใช้เวลาและหมั่นทำอยู่เสมอ แต่พระเจ้าจะทรงช่วยเหลือพวกเขา

6. มองดูทุกสถานการณ์ชีวิตว่าเป็นส่วนหนึ่งในแผนการของพระเจ้าสำหรับเราในวันนี้

เมื่อไหร่ที่เรามักรู้สึกโกรธ? เวลาที่เรากำลังเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบากและเราไม่ชอบแนวทางที่สิ่งเหล่านั้นกำลังเกิดขึ้นใหม่ หรือเวลาที่เราไม่ชอบสิ่งทีคนหนึ่งกำลังพูดกับเรา ความตึงเครียดและความคับข้องใจสามารถนำไปสู่ความโกรธได้โดยง่าย

ท้าทายผู้เรียนให้มองดูทุกสถานการณ์ว่าเป็นส่วนหนึ่งในแผนการของพระเจ้าสำหรับเขา นี่ไม่ได้หมายความว่าพระเจ้าทรงเห็นชอบกับสิ่งที่คนๆ นี้พูดหรือทำต่อเขา แต่พระเจ้าทรงรับรู้ถึงสิ่งต่างๆ ที่กำลังเกิดขึ้นและพระองค์ทรงพร้อมที่จะช่วยผู้เรียนให้ตอบสนองในวิถีทางที่จะถวายเกียรติแด่พระองค์และในหนทางที่จะไม่ทำให้เขาต้องเข้าสู่เส้นทางของการใช้ความโกรธที่เป็นบาปด้วย

สดุดี 37:23 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย—ปี 2011 THSV11

พระยาห์เวห์ทรงนำย่างเท้าคนใดให้มั่นคง ก็คนนั้นแหละที่พระองค์พอพระทัยทางของเขา

ข้อพระคัมภีร์เป็นพระสัญญาที่มีพลังสำหรับเรา พระเจ้าจะทรงช่วยและชี้้นำทางให้เราผ่านทุกสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ในวันนี้ แทนที่จะใช้ความโกรธ จงมองดูสถานการณ์นี้เป็นโอกาสสำหรับพระเจ้าที่จะช่วยให้เราตอบสนองด้วยวิถีทางใหม่

ทำทนายผู้เรียนให้เผชิญกับวันนี้ด้วยข้อความนี้ “ทุกสถานการณ์ที่ฉันเผชิญในวันนี้เป็น โอกาสสำหรับพระเจ้าที่จะใช้ฉันให้เป็นพระพรสำหรับบางคน”

ผู้เรียนสามารถใช้แนวคิดนี้กับทุกสถานการณ์ที่ต้องเผชิญในทุกๆ วัน ไม่ใช่แค่สถานการณ์ซึ่งพวกเขาถูกทดลองให้โกรธเท่านั้น

13. การสรุปบทเรียนนี้ (2-3 นาที)

ช่วงการสรุปบทเรียนในวันนี้ ทำทนายให้ผู้เรียนเริ่มต้นกระบวนการนี้ที่ละขั้นตอน ทำทนายให้เขายอมมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนต่อพระเจ้าอย่างต่อเนื่อง และให้ลงทุนลงแรงกับการพัฒนารูปแบบใหม่ๆ ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ทั้งหลายแทนการใช้ความโกรธ

ในการเรียนครั้งต่อไปเราจะสำรวจตัวอย่างต่างๆ ของขั้นตอนที่ 5 มากขึ้น

14. การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว (5 นาที)

ก. ให้ผู้เรียนเลือกสถานการณ์หนึ่งซึ่งมีแนวโน้มเขาที่จะเผชิญกับการตอบสนองด้วยความโกรธ ให้เขาตั้งเป้าหมายหนึ่งอย่างในการตอบสนองด้วยวิธีการใหม่ๆ ต่อสถานการณ์นั้น เราอาจโยงเรื่องนี้กับโครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ”

ข. อาจให้ผู้เรียนจับคู่กับอีกคนหนึ่งแล้วอธิษฐานเผื่อกันและกัน โดยขอพระเจ้าให้ช่วยเขาในการใช้รูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ เหล่านี้เมื่อเขาถูกทดลองให้ตอบสนองด้วยความโกรธ

15. การบ้าน

- ก. แจ้งผู้เรียนว่าเมื่อใดที่พวกเขาต้องทำโครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ” ให้เสร็จ อาจให้ผู้เรียนทำอีกตัวอย่างของการพัฒนาแบบใหม่ๆ ในการตอบสนองโดยใช้ชุดคำถามที่มีอยู่ในโครงการที่ 8 อีก เขียนคำตอบลงบนหน้าที่ว่างนั้น
- ข. ให้ผู้เรียนอ่านบทเรียนที่ 4 ในคู่มือผู้เรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งหน้า 51-61 ซึ่งจะพูดถึง 9 ขั้นตอนสู่การเจริญเติบโตใหม่ๆ

16. การประเมินผลบทเรียน

- กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้
- ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?
- ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?
- เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 7

วิธีการใหม่ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งความโกรธถูกใช้ในอดีต

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

ฉันต้องเรียนรู้วิถีทางใหม่ๆ ในการตอบสนองซึ่งฉันสามารถใช้ในสถานการณ์ที่สิทธิส่วนบุคคลของฉันเคยถูกละเมิด

2. ข้อพระธรรมหลัก

โคโลสี 3:8, 10 (ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971)

แต่บัดนี้เราทั้งหลายจงละทิ้งสิ่งเหล่านี้ทั้งหมด คือความโกรธ ความอิจฉาริษยา การคิดร้าย การใส่ร้าย และคำพูดหยาบโลนที่ออกจากปากของเรา และสวมวิสัยมนุษย์ใหม่ที่กำลังได้รับการสร้างขึ้นใหม่ ตามพระฉายาของพระองค์ผู้ทรงสร้างเพื่อให้รู้จักพระเจ้า

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

บทที่ 4 ของคู่มือผู้เรียนจะถูกนำมาใช้ร่วมกับบทเรียนนี้ รวมถึงโครงการที่ 5 และโครงการที่ 8 ในสมุดบันทึกโครงการ ก็อาจนำมาใช้ด้วยเช่นกัน

โครงการที่ 5 “ความโกรธในพระคัมภีร์”

โครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ”

4. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (5-10 นาที)

อาจขอให้ผู้เรียนบางคนแบ่งปันตัวจากชีวิตประสบการณ์ของตนเองว่าหลังจากเรียนครั้งที่แล้วไปเขา มีโอกาสใช้การตอบสนองด้วยรูปแบบใหม่ๆ แทนที่ใช้ความโกรธอย่างไร ให้เตรียมเรื่องราวของผู้สอน หรือผู้เรียนรุ่นก่อนหน้าไว้ด้วยเผื่อไม่มีใครออกมาแบ่งปัน

5. ทบทวนบทเรียนครั้งสุดท้ายอย่างคร่ำวๆ (2-4 นาที)

ใช้เวลาสักสองสามนาทีในการทบทวนประเด็นสำคัญเกี่ยวกับสิทธิส่วนบุคคลที่ได้พูดไว้ครั้งที่แล้ว ทบทวนแค่ 5 ขั้นตอนแรก “ก้าวแรกสู่การเจริญเติบโตแบบใหม่” ที่อยู่ในหน้าที่ 51-59 ของคู่มือผู้เรียน เตรียมโปสเตอร์ทั้ง 9 ขั้นตอน แขนงที่ผนังห้องด้วย

ก้าวแรกสู่การเจริญเติบโตแบบใหม่ ๆ

1. เติมเต็มความคิดด้วยความจริงจากพระเจ้าเกี่ยวกับความโกรธ
2. การผูกพันตัวในแต่ละวันที่ไม่ยึดสิทธิส่วนบุคคลของตน
3. จงตัดสินใจที่จะไม่ปล่อยให้ความโกรธควบคุมเราอีก
4. ตั้งเป้าหมายว่าเราจะเข้าไปในการโกรธ
5. พัฒนาทักษะใหม่ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งในอดีตเรามักใช้ความโกรธ

คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 51-59

7

เมื่อมาถึงขั้นตอนที่ 5 จงบอกผู้เรียนด้วยว่า เรากำลังจะใช้เวลาส่วนใหญ่ของคาบเรียนในวันนี้ในการทบทวนเรื่องนี้อีกครั้ง

6. การทบทวนบทเรียนสำหรับครู

เตือนความจำผู้เรียนเกี่ยวกับสิ่งที่เราได้แนะนำไปในคาบเรียนสุดท้าย ในความคิดของพระเจ้า เราไม่ต้องขจัดความโกรธออกไปอย่างสิ้นเชิง แต่ต้อง “ให้อย่างมีความรับผิดชอบ” ต่างหาก นั่นคือสิ่งที่เราจำต้องยึดถือตามนั้น การเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยนั้นเป็นความท้าทายสำหรับผู้เรียนส่วนใหญ่ของเรา

เราต้องพิจารณาว่าเราจะใช้เวลาเท่าไรในขั้นตอนที่ 6-9 ทางเลือกหนึ่งก็คือ การพูดเนื้อหาขั้นตอนเหล่านี้ให้หมดก่อน แล้วค่อยกลับมาใช้เวลาที่เหลือของการเรียนพูดขั้นตอนที่ 5

7. ครอบคลุมหัวข้อ ข.-6. การพัฒนารูปแบบใหม่ ๆ ของการตอบสนองต่อความขัดแย้ง (2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 59

ประเด็นที่พูดถึงวิธีที่ผู้เรียนจะตอบสนองต่อความขัดแย้งนั้นเป็นประเด็นที่สำคัญ แต่หากจะสอนควรแยกออกมาเป็นอีกวิชาเพราะว่าเป็นเรื่องที่ใหญ่มากสำหรับคริสเตียนใหม่

ท้าทายผู้เรียนให้ใส่ใจวิธีที่พวกเขาตอบสนองเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เกิดความขัดแย้ง ให้ผู้เรียนเริ่มพิจารณาดูว่าเป็นการยากเพียงใดที่เขาจะควบคุมคำพูดและความคิดในขณะที่อยู่ในสถานการณ์ที่เกิดความขัดแย้ง

อาจเกี่ยวกับวิถีทางใหม่ๆ ที่ผู้เรียนสามารถตอบสนองเมื่ออยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง แทนการใช้ความโกรธอย่างที่เคยทำในอดีต ท้าทายผู้เรียนให้ค้นหาพระวจนะที่จะช่วยพัฒนาวิถีทางใหม่ๆ ในการตอบสนองเมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้งได้ก็ตาม

8. ครอบคลุมหัวข้อ ๗-7. เฉลิมฉลองแม้ในชัยชนะเล็กๆ

(2-4 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 59-60

พูดประเด็นนี้เพียงคร่าวๆ แต่ประเด็นก็สำคัญ ผู้เรียนไม่สามารถเชี่ยวชาญกลยุทธ์ใหม่ๆ ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ชีวิตภายในวันเดียว ทุกอย่างเป็นกระบวนการที่ค่อยๆ ดำเนินไปอย่างช้าๆ และอาจสร้างความเจ็บปวดสำหรับบางคน อาจทบทวนเนื้อหาในหน้าที่ 29 ซึ่งพูดถึงก้าวเล็กๆ ของการพัฒนาในการเอาชนะปัญหา

ซาตานพยายามเต็มที่จะทำให้ผู้เรียนท้อแท้ใจในการสร้างการเปลี่ยนแปลงนี้ มารจะบดขยี้ผู้เรียนด้วยเล่ห์กลและการกล่าวโทษในทุกครั้งที่เขาล้มเหลวและเกิดความโกรธ

หนุนใจผู้เรียนให้มุ่งหน้าไปในก้าวเล็กๆ ของการพัฒนาและเฉลิมฉลองแต่ละชัยชนะที่นำสู่ก้าวแห่งการพิชิตภูเขาแห่งปัญหาของความโกรธที่ทำลายล้าง

9. ครอบคลุมหัวข้อ ๗-8 จงใช้ความโกรธเป็น “นาฬิกาปลุก” ของเรา

(3-5 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 60

อาจใช้นาฬิกาปลุกเป็นตัวอย่างโดยเลือกอันที่ตั้งปลุกแบบเสียงดังๆ ตั้งให้นาฬิกาปลุกแล้วอธิบายว่าเมื่อเราเริ่มต้นใช้ความโกรธให้คิดถึงเสียงเตือนของ “นาฬิกาปลุก” ที่จะปลุกเขาให้ตื่นขึ้นและให้หันมาใส่ใจกับสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในชีวิตขณะนั้น ผู้เรียนจำเป็นต้องเริ่มต้นใช้รูปแบบการตอบสนองแบบใหม่แทนที่จะถอยกลับไปสู่วิถีทางเดิมของการตอบสนองด้วยความโกรธ

นี่เป็นแนวคิดที่เรียบง่ายมากและเป็นแนวทางที่สามารถสร้างอิทธิพลในชีวิตผู้เรียนได้ เมื่อผู้เรียนเตือนตนเองในแต่ละวันว่า “ความโกรธเป็นเหมือนนาฬิกาปลุกของเรา” ที่คอยปลุกให้เราเริ่มต้นตอบสนองในวิถีทางใหม่ต่อสถานการณ์เหล่านี้แทนการยอมให้ความโกรธนำเราสู่เส้นทางของการทำลาย

อาจให้ผู้เรียนสักสองคนแสดงละครสั้น โดยให้คนหนึ่งรู้สึกความโกรธอีกคนหนึ่ง ทันทันนั้นนาฬิกาปลุกก็ดังขึ้น แล้วผู้เรียนคนนั้นก็หยุดตอบสนองอีกฝ่ายหนึ่งด้วยความโกรธทันที



ในชีวิตจริงเราใช้นาฬิกาปลุกเพื่อเปลี่ยนการกระทำของเรา หยุดการนอนหลับ ให้ตื่นขึ้น แต่งตัว หรือเราอาจไม่ใส่ใจเสียงนาฬิกาปลุกแล้วนอนต่อไป แนวคิดเรื่องนาฬิกาปลุกสามารถนำมาใช้กับเรื่อง ความโกรธของเราได้ เราสามารถใช้นาฬิกาปลุกเพื่อหยุดความโกรธ แล้วเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม ของเรา หรือเราไม่ใส่ใจแล้วปล่อยให้ความโกรธขับเคลื่อนชีวิตของเราต่อไป

10. ครอบคลุมหัวข้อ ข.-9 จงเลือกกฎเกณฑ์ใหม่ๆ ในการดำเนินชีวิตของเรา

(3-5 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 60-61

ประเด็นนี้สามารถโยงไปยังประเด็นเรื่องสิทธิส่วนบุคคล ซึ่งเป็นกฎเกณฑ์ที่เราทำเพื่อชีวิตของเรา และคนรอบข้างซึ่งเราคาดหวังให้คนอื่น ๆ ทำตาม เมื่อเรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า เราก็ ต้องมีกฎเกณฑ์ใหม่สำหรับการดำเนินชีวิตประจำวันด้วย เราจำเป็นต้องหันมาหาพระเจ้าและใช้ กฎเกณฑ์ของพระองค์สำหรับการดำเนินชีวิตประจำวันของเรา

ในคู่มือผู้เรียนได้ให้ข้อพระคัมภีร์หลายข้อซึ่งสามารถใช้เพื่อนำทางเราในกฎเกณฑ์ใหม่ๆ สำหรับการ ดำเนินชีวิตประจำวัน นี่เป็นกฎเกณฑ์ของพระเจ้า

การสรุป 9 ขั้นตอนนี้ที่นำไปสู่การเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธของเราในวิถีทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย นั้นบางส่วนของขั้นตอนเหล่านี้จะต้องใช้เวลาอย่างมากก่อนที่จะเราจะทำขั้นตอนเหล่านี้ให้สำเร็จอย่าง ต่อเนื่องได้

11. กลับมาที่หัวข้อ ข.-5 พัฒนาทักษะใหม่ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งในอดีตเรามักใช้ ความโกรธ (15-25 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 58-59

ในเวลาที่เหลือของคาบเรียนวันนี้ให้ทบทวนประเด็น ข.-5 ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ 5 พัฒนาทักษะใหม่ ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งในอดีตเรามักใช้ความโกรธ ใช้สถานการณ์ที่ผู้เรียนใช้ ความโกรธในอดีตเป็นตัวอย่างเพิ่มเติม

ให้โอกาสผู้เรียนระบุสถานการณ์ที่อยากจะอภิปราย ให้วาดภาพวัชพืชที่มีรากแก้วบนกระดาน เพื่อแสดงให้เห็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความโกรธขึ้น อีกด้านหนึ่งของกระดานเขียนรายการวิถีทางใหม่ๆ ของ การตอบสนองแทนการใช้ความโกรธ

ให้อ้างอิงกลับไปยัง 5 ลักษณะที่แตกต่างกันของการตอบสนอง ซึ่งเราตีได้ไว้ที่ผนังห้องเรียน และ พิจารณาว่าลักษณะใดของความคิดใหม่ อารมณ์ใหม่ ฯลฯ เหล่านั้นที่สามารถถูกใช้ในการตอบสนอง ใหม่ๆ นี้

**เราจำเป็นต้องพัฒนาวิถีทางใหม่ของการดำเนินชีวิตเมื่อมาถึงเรื่องของความโกรธ
ในชีวิตของเรา เช่น**

- 1) การตอบสนองที่เป็นแนวคิดใหม่
- 2) การตอบสนองทางด้านอารมณ์ใหม่
- 3) การตอบสนองด้านการกระทำแบบใหม่
- 4) การตอบสนองที่เป็นการพูดแบบใหม่
- 5) สีสันใหม่ที่ไม่ใช่ภาพลักษณ์ของความโกรธแบบว่า “ฉันอาจฆ่าคุณ!” แต่เป็นสีหน้าที่แตกต่างออกไปจากเดิม

คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 58

ทบทวนตัวอย่างที่มีเท่าที่เวลาจะอำนวย โดยอภิปรายร่วมกับผู้เรียนถึงวิถีทางใหม่ๆ ที่เขาสามารถตอบสนองต่อสถานการณ์เหล่านี้ เตือนผู้เรียนด้วยว่าเขาต้องลงทุนลงแรงอย่างหนักในการพัฒนาการตอบสนองรูปแบบใหม่และทำให้สิ่งเหล่านี้กลายเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตของเขา

การตอบสนองด้วยรูปแบบใหม่ก็คือทักษะที่จะต้องเรียนรู้ นั่นหมายความว่าต้องมีการฝึกฝนและพยายามอย่างมากในการรักษาทักษะนี้ไว้แม้ว่าอาจจะทำได้ไม่ค่อยดีนักในครั้งแรก

อาจให้ผู้เรียนแบ่งปันตัวอย่างจากโครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ” ในสมุดบันทึกโครงการ

จงมองดูทุกสถานการณ์ในชีวิตว่าเป็นส่วนหนึ่งของแผนการของพระเจ้าสำหรับเรา

เราได้นำเสนอแนวคิดนี้ในครั้งที่แล้ว แต่วันนี้จะพูดอีกครั้งเพราะสิ่งนี้มีความสำคัญมาก นี่เป็นรูปแบบทางความคิดแบบใหม่เพื่อพัฒนาความคิดของผู้เรียน เมื่อผู้เรียนโอบรับความจริงนี้ และเชื่อไปตลอดชีวิตเขาก็จะหยุดอำนาจของรูปแบบความคิดเดิมที่เขาเกี่ยวข้องกับสิทธิส่วนบุคคลของตนและรูปแบบการตอบสนองด้วยความโกรธ

ท้าทายผู้เรียนให้มองดูทุกสถานการณ์ว่าเป็นส่วนหนึ่งของแผนการของพระเจ้าที่มีสำหรับตน ไม่ได้หมายความว่าพระเจ้าทรงเห็นชอบกับสิ่งที่บุคคลนั้นได้พูดหรือกระทำต่อเขา แต่พระเจ้าทรงตระหนักดีถึงสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นและพระองค์ทรงพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้เรียนให้ตอบสนองในวิถีทางที่จะถวายเกียรติแด่พระเจ้าและไม่ทำให้เขาต้องไปสู่เส้นทางของการใช้ความโกรธในทางที่เป็นบาป

สดุดี 37:23 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย—ปี 2011 THSV11

พระยาห์เวห์ทรงนำย่างเท้าคนใดให้มั่นคง ก็คนนั้นแหละที่พระองค์พอพระทัยทางของเขา



ข้อพระธรรมนี้มีพระสัญญาที่เปี่ยมด้วยพลังสำหรับเรา พระเจ้าจะทรงช่วยและชี้แนวทางพวกเขาในทุกสถานการณ์ที่พวกเขาเผชิญในวันนี้ แทนที่จะเกิดความโกรธ จงมองดูสถานการณ์นี้ว่าเป็นโอกาสที่พระเจ้าจะทรงช่วยพวกเขาให้ตอบสนองในวิถีทางใหม่ๆ

ท้าทายผู้เรียนให้เผชิญกับวันนั้นด้วยถ้อยคำนี้ คือ “ทุกสถานการณ์ที่ฉันเผชิญในวันนี้เป็นโอกาสที่พระเจ้าจะทรงใช้ฉันให้เป็นพระพรต่อใครบางคน”

นี่คือสิ่งที่ผู้เรียนสามารถใช้ได้กับทุกสถานการณ์ที่พวกเขาเผชิญ ไม่ใช่เฉพาะแค่สถานการณ์ที่พวกเขาถูกทดลองให้โกรธเท่านั้น

12. การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว (5 นาที)

ให้ผู้เรียนเลือกหนึ่งสถานการณ์ที่จะทำให้เขาเจอปัญหาและง่ายที่จะตอบสนองด้วยความโกรธ ให้ผู้เรียนตั้งเป้าหมายของการตอบสนองในวิถีทางใหม่ๆ ต่อสถานการณ์นั้น อาจโยงเรื่องนี้กับ โครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ”

7

13. การบ้าน

1. ในช่วงท้ายของการเรียน ให้ทำแบบทดสอบย่อยจากพระธรรมสุภาษิต 15:1
2. ให้คะแนนโครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ” ของผู้เรียน
3. ให้ผู้เรียนอ่านบทที่ 4 ในคู่มือผู้เรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งหน้าที่ 62-65 เพื่อเป็นการเตรียมตัวสำหรับคาบเรียนถัดไป

14. การประเมินผลบทเรียน

กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้

ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?

ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?

เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 8

การเจริญเติบโตที่สำคัญสามด้านเพื่อจัดการกับความโกรธ

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

ฉันจำเป็นต้องพัฒนาลักษณะชีวิตด้านบวก เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ที่สิทธิส่วนบุคคลของฉันกำลังถูกละเมิด

2. ข้อพระธรรมหลัก

เอเฟซัส 4:31-32 (ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971)

จงให้ใจขมขื่น และใจขัดเคือง และใจโกรธ และการทะเลาะเถียงกัน และการพุดให้ร้าย กับการคิดปองร้ายทุกอย่างอยู่ห่างไกลจากเราเถิด และเราจงเมตตาต่อกัน มีใจเอ็นดูต่อกัน และอภัยโทษให้กัน เหมือนดังที่พระเจ้าได้ทรงโปรดอภัยโทษให้แก่เราในพระคริสต์นั้น

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

บทที่ 4 โดยเฉพาะในหน้าที่ 62-65 ของคู่มือผู้เรียนจะถูกนำมาใช้ร่วมกับบทเรียนนี้ รวมถึงโครงการที่ 8, 9 และโครงการที่ 10 ในสมุดบันทึกโครงการ ก็สามารถถูกนำมาใช้ด้วยเช่นกัน

โครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ”

โครงการที่ 9 “การพัฒนาคุณสมบัติชีวิตภายในทางบวก”

โครงการที่ 10 “ความรับผิดชอบส่วนตัวของเรา”

4. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (5-10 นาที)

เริ่มต้นคาบเรียนในวันนี้ด้วยการขอผู้เรียนให้แบ่งปันตัวอย่างเกี่ยวกับวิธีการตอบสนองต่อสถานการณ์โดยใช้การตอบสนองแบบใหม่แทนการใช้ความโกรธ

เตรียมตัวแบ่งปันจากชีวิตของเราเอง หรือจากผู้เรียนรุ่นก่อนที่ได้แสดงถึงการตอบสนองแบบใหม่ด้วยเนื้อในกรณีที่ไม่มีผู้เรียนคนใดอาสาสมัครแบ่งปัน

5. การทบทวนบทเรียนสำหรับครู

ให้ใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนเรียนเป็นบทนำสู่ประเด็นหลักที่เราต้องการจะสอนในวันนี้ เราจะมองดูสามด้านที่สำคัญซึ่งทั้งหมดนี้จะเกี่ยวข้องกับวิธีการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อคนเหล่านั้นที่ได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้าแล้ว

1. การพัฒนาคุณลักษณะชีวิตทางบวกในชีวิตของเรา
2. การเรียนรู้ถึงความแตกต่างระหว่างความรับผิดชอบส่วนตัวกับสิทธิส่วนบุคคล
3. การพัฒนาขอบเขตในชีวิตของเรา

จงอธิบายให้ผู้เรียนเข้าใจว่าสามด้านที่สำคัญเหล่านี้ล้วนมีส่วนเกี่ยวข้องกับสิ่งที่เราได้พูดคุยกันไป ในสองคาบเรียนที่ผ่านมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนากลยุทธ์ต่างๆ ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ ซึ่งผู้เรียนจะโกรธได้ง่ายๆ อย่างไรก็ตาม ประเด็นเหล่านี้เป็นสามด้านของการเจริญเติบโตในระยะยาวซึ่งสามารถมีผลกระทบที่สำคัญต่อวิธีการที่ผู้เรียนแสดงความโกรธ

เราต้องพิจารณาว่าเราจะให้เวลากับทั้งสามหัวข้อนี้เท่าไร ทางเลือกหนึ่งก็คือแบ่งให้แต่ละช่วงเท่าๆ กัน ประมาณ 15 นาทีต่อแต่ละหัวข้อ

หัวข้อสุดท้ายคือขอบเขตนั้นมีเนื้อหามากจนสามารถแบ่งเป็นอีกวิชาหนึ่งได้ ดังนั้น เราพูดหัวข้อสุดท้ายคร่าวๆ ก็พอ

8

6. ครอบคลุมหัวข้อ ค. การพัฒนาคุณลักษณะชีวิตทางบวก

(10-15 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 62

คุณลักษณะชีวิตด้านบวกนั้นไม่ได้เป็นสิ่งที่พัฒนาได้ภายในเวลาชั่วข้ามคืน หากแต่เป็นกระบวนการหนึ่งของการเรียนรู้วิถีทางที่จะทำให้คุณลักษณะเหล่านี้เจริญงอกงามขึ้นในชีวิตของเรา เราต้องฝึกฝนโดยการนำมาใช้ในชีวิตส่วนตัวมากที่สุด

ในคู่มือผู้เรียนหน้าที่ 62 เราจะมีข้อพระคัมภีร์ที่แสดงให้เห็นคุณลักษณะต่างๆ ที่สามารถพัฒนาในชีวิตของผู้เชื่อ

1 โครินธ์ 13:4-8

2 เปโตร 1:5-7

ยังมีพระคัมภีร์อีกหลายข้อที่แสดงให้เห็นคุณลักษณะชีวิตที่พระเจ้าทรงต้องการให้เราพัฒนา

วิชาคุณลักษณะชีวิต ซึ่งอยู่ในหลักสูตร การศึกษาส่วนตัวสำหรับคริสเตียนใหม่ เป็นแหล่งข้อมูลอีกแห่งหนึ่งของคุณลักษณะชีวิตที่เราสามารถพัฒนาในชีวิตของเรา ชั้นเรียนนี้ได้ให้รายการคุณลักษณะชีวิตด้านบวก 49 อย่างที่เราควรพัฒนา

หนึ่งในประเด็นสำคัญที่ทำให้ผู้เรียนเห็นชัดก็คือว่า คุณลักษณะชีวิตเหล่านี้สามารถถูกใช้แทนที่ความโกรธ เรากล่าวก่อนหน้านี้ในบทเรียนที่ 6 แล้วว่าเราจะไม่พยายามขจัดความโกรธออกไปอย่างสิ้นเชิง แทนที่จะเป็นเช่นนั้น เราต้องการเรียนรู้วิธีการที่จะใช้ความโกรธของเราในทางที่ถวายเกียรติแด่พระเจ้า อย่างไรก็ตามสำหรับพวกเราส่วนใหญ่แล้วหนทางโดยส่วนใหญ่ที่เราเคยใช้ความโกรธนั้นมักเป็นในทางทำลายและไม่ได้ถวายเกียรติแด่พระเจ้ามากกว่า

ในเวลานี้เราอาจใช้ภาพตัวอย่างเรื่องวัชพืชที่มีรากแก้วหึงลึกซึ่งเราได้แนะนำในการเรียนแรกของวิชานี้ ให้ผู้เรียนใคร่ครวญว่าเขาใช้วิธีการใดในการแสดงความโกรธในชีวิต เป็นไปได้ว่าหลายครั้งเขาอาจไม่ได้เห็นทางเลือกอื่นนอกจากการแสดงความโกรธ นี่เป็นเหมือนสวนที่ถูกปกคลุมด้วยวัชพืชทั่วทั้งพื้นที่ ทั้งหมดที่เรามองเห็นก็คือวัชพืชจนไม่มีพืชผักใดสามารถขึ้นได้

แต่ถ้าหากเรากำจัดวัชพืชเหล่านั้นออกไปแล้วก็มีพื้นที่ให้ต้นไม้อื่นๆ ได้เจริญงอกงามและกลายเป็นต้นไม้ที่แข็งแรงและเกิดผลดี นี่ก็คล้ายกันกับเรื่องความโกรธกับคุณลักษณะชีวิตทางบวก หากว่าผู้เรียนหยุดใช้ความโกรธเขาก็จะมีพื้นที่ว่างในชีวิตให้กับคุณลักษณะชีวิตทางบวกที่จะเจริญงอกงามขึ้นมาได้ ยิ่งคุณลักษณะชีวิตทางบวกเหล่านี้เจริญงอกงามในชีวิตของผู้เรียนมากเท่าไรเขาก็จะกลายเป็นคนที่มีความเข้มแข็งมากยิ่งขึ้นเท่านั้น แล้วเขาก็สามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ทั้งหลายโดยคุณลักษณะเหล่านี้แทนการใช้ความโกรธได้ดีขึ้นด้วย

ท้าทายผู้เรียนให้เห็นความสำคัญของการเติมเต็มคุณลักษณะเหล่านี้ลงในพื้นที่ว่างแห่งชีวิตของตน ในยามที่ได้มอบสิทธิส่วนบุคคลแด่พระเจ้า คุณลักษณะชีวิตเหล่านี้จะเข้ามาแทนที่การตอบสนองด้วยความโกรธซึ่งมักเป็นแบบที่เขาเคยใช้มาก่อน

การพัฒนาคุณลักษณะชีวิตด้านบวกเหล่านี้จริงๆ แล้วเป็นการแสดงออกของขั้นตอนที่ 5 ในรายการของทั้ง 9 ขั้นตอนสู่การเจริญเติบโตใหม่ ซึ่งเราได้อภิปรายกันในสองคาบเรียนก่อนหน้านั้น ขั้นตอนที่ 5 “พัฒนาทักษะใหม่ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งในอดีตเรามักใช้ความโกรธ” สามารถเป็นขั้นตอนที่เรียบง่ายหรือเป็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในระยะยาวในชีวิตของเรา ในบทเรียนนั้นเราได้พูดคุยถึงความสำคัญของการพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่สำหรับทั้งชีวิตของเรา ไม่ใช่เพียงแค่การแทนที่ความโกรธเท่านั้น

แสดงให้เห็นผู้เรียนเห็นว่าหนทางที่ดีที่สุดในการเอาชนะอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตของตนก็คือ การใช้รูปแบบการตอบสนองแบบใหม่เหล่านี้ที่เป็นมากกว่าแค่การแทนที่ความโกรธ หากผู้เรียน

เพียงแต่ตั้งเป้าหมายที่จะใช้รูปแบบการตอบสนองแบบใหม่นี้เฉพาะในยามที่พวกเขาถูกทดลองให้โกรธเท่านั้น นั่นก็เป็นเป้าหมายที่แคบเกินไปและมีแนวโน้มนำไปสู่ความล้มเหลวมากกว่าความสำเร็จ

ท้าทายผู้เรียนให้ตั้งเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะชีวิตด้านบวกเหล่านี้และใช้เป็นรูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ในตลอดทั้งวัน ไม่ว่าจะเขาจะถูกทดลองให้โกรธหรือไม่ก็ตาม ยกตัวอย่างเช่น การตั้งเป้าหมายที่แสดงความอดทนต่อคนอื่นตลอดทั้งวันในทุกสถานการณ์ ขณะที่ผู้เรียนฝึกฝนที่จะพัฒนาคุณลักษณะชีวิตด้านนี้พวกเขาก็สามารถใช้คุณลักษณะนี้ได้ทุกเวลาไม่ใช่เฉพาะเมื่อถูกทดลองให้โกรธเท่านั้น

7. **แนะนำหัวข้อ ง. เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างความรับผิดชอบส่วนตัวกับสิทธิส่วนบุคคล**
(2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 63

ส่วนนี้ของบทเรียนจะยกประเด็นที่สำคัญยิ่งสำหรับผู้เรียนในการเข้าใจความแตกต่างระหว่างความรับผิดชอบส่วนตัวกับสิทธิส่วนบุคคล ผู้เรียนอาจไม่ได้มีทักษะมากนักในการระบุความแตกต่างระหว่างสิทธิกับความรับผิดชอบ

8. **ครอบคลุมหัวข้อ ง.-1 อะไรคือความรับผิดชอบส่วนตัว?**
(5-7 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 63-64

ความรับผิดชอบส่วนตัวคือกฎเกณฑ์ทั้งหลายที่ผู้นำให้เราเพื่อทำตาม จงแน่ใจว่าผู้เรียนเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างสิทธิกับความรับผิดชอบแล้ว หลังจากนั้นยกตัวอย่างหลายๆ รูปแบบเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจมากขึ้น

มีสามตัวอย่างในคู่มือผู้เรียนที่พูดถึงคนที่มอบความรับผิดชอบส่วนตัวของตนแต่พระเจ้า โดยเขาคิดผิดว่ากำลังมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแต่พระองค์ ทบทวนแต่ละตัวอย่างแล้วอภิปรายว่าอะไรคือความแตกต่างระหว่างสิทธิกับความรับผิดชอบ

อาจให้ผู้เรียนดูที่โครงการที่ 10 “ความรับผิดชอบส่วนตัวของเรา” หากผู้เรียนยังไม่ได้ทำให้เริ่มทำรายงานนี้ให้เสร็จ

อาจพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาที่บางคนอาจมีซึ่งก็คือการไปรับเอาความรับผิดชอบที่เขาไม่ได้รับมอบหมายให้กระทำ บุคคลนั้นอาจต้องการรับผิดชอบจริงๆ แต่รับเอาความรับผิดชอบนั้นมาโดยที่ผู้นำไม่ได้มอบหมายให้ นี่ก็เป็นสิ่งที่ผิดและอาจก่อให้เกิดปัญหามากมายตามมาได้

แม้แต่ในกรณีที่คนอื่นมีความรับผิดชอบและรับมือกับความรับผิดชอบนั้นได้ไม่ดีพอ ก็ยังเป็นสิ่งผิดที่เราจะรับเอาความรับผิดชอบนั้นมาทำแทนโดยที่ผู้นำของเราไม่ได้มอบหมายความรับผิดชอบนั้นแก่เรา

9. **ครอบคลุมหัวข้อ ง.-2 เรามีสิทธิที่จะปกป้องตนเองและคนอื่นจากอันตรายและการถูกทำทารุณหรือไม่?** (5-10 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 64

การสอนผู้เรียนในประเด็นนี้ต้องระวังมาก เมื่อเราพูดถึงการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า นั้นบางคนอาจสรุปว่าเขาไม่มี "สิทธิ" ในการปกป้องตนเอง แม้แต่ในขณะที่กำลังถูกทำทารุณก็ตาม จงอธิบายให้ผู้เรียนเข้าใจว่าการที่เราได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้านั้นไม่ได้หมายความว่าใครก็มีสิทธิที่จะทำทารุณเรา

เรามี**ความรับผิดชอบ**ในการปกป้องตัวเราเองและคนอื่น นี้ไม่ใช่สิทธิ แต่นี้คือความรับผิดชอบอย่างหนึ่งที่พระเจ้าประทานแก่เรา

ดังนั้น ใครก็ตามที่กำลังถูกทำทารุณกรรมอยู่ เขาต้องแสวงหาความช่วยเหลือ แล้วพิจารณาว่าอะไรคือสิ่งที่ต้องทำเพื่อปกป้องตนเองและคนอื่นจากการถูกทำทารุณกรรม

เป็นเรื่องน่าเศร้าที่คริสเตียนมากมายเข้าใจประเด็นนี้ผิดและบอกคนอื่นว่าเขาควรจะอยู่ในสถานการณ์ที่ถูกทำทารุณนั้นต่อไป การพูดว่า "แค่ไว้วางใจพระเจ้าก็พอ" ไม่ถูกต้อง สิ่งที่สำคัญคือรับคำแนะนำที่ถูกต้องในสถานการณ์เช่นนี้

10. **ครอบคลุมหัวข้อ จ. จงพัฒนาขอบเขต** (12-15 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 64-65

การเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธของเราในวิถีทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยนั้นเกี่ยวข้องกับการพัฒนาขอบเขตในชีวิตของเรา นี่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเมื่อเราเรียนรู้ว่าจะควบคุมความโกรธของเราอย่างไร ซึ่งก็คือการที่เราวางขอบเขตให้แก่ความโกรธและไม่ปล่อยให้ควบคุมเรา

แน่ใจว่าผู้เรียนเข้าใจความแตกต่างระหว่างขอบเขตส่วนตัว กับ สิทธิส่วนบุคคล สิทธิส่วนบุคคลคือกฎเกณฑ์ที่เราสร้างขึ้นโดยคาดหวังให้**คนอื่น**ทำตาม แต่ขอบเขตส่วนตัวนั้นคือกฎเกณฑ์ที่เราสร้างขึ้นเพื่อ**ให้ตนเองทำตาม** เพื่อเราจะสามารถดำเนินชีวิตในวิถีทางที่พระเจ้าทรงต้องการให้เราดำเนิน

ขอบเขตนั้นจะเกี่ยวข้องกับสิ่งที่มีมากกว่าแค่ความโกรธในชีวิต ขอบเขตรวมถึงความรับผิดชอบและกฎเกณฑ์ทั้งหลายที่พระเจ้าประทานให้เรา

ขอบเขตเหล่านี้จำเป็นต้องมีพื้นฐานอยู่บนหลักพระวจนะ ตัวอย่างเช่น พระธรรมสุภาษิต 22:24-25 ซึ่งบอกเราไม่ให้มีส่วนเกี่ยวข้องกับคนมักโกรธหรือคนเล็ดรื้อวน

เราอาจให้ผู้เรียนระบุข้อพระธรรมอื่นๆ ในพระคัมภีร์ที่ให้ขอบเขตต่างๆ ซึ่งช่วยให้เขาเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธของตนในวิถีทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย

ยากอบ 1:19-20 เอเฟซัส 4:26-27



จงให้ผู้เรียนอภิปรายถึงการที่ขอบเขตเหล่านี้สามารถช่วยในชีวิตของตนอย่างไร

หนุนใจผู้เรียนให้อ่านหนังสือชื่อ *ขอบเขต: เมื่อไรที่จะตอบตกลง และวิธีการกล่าวปฏิเสธเพื่อควบคุมชีวิตของคุณ* เขียนโดย ดร.เฮนรี คลาวด์ และจอห์น ทาวน์เซนด์

11. การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว (5 นาที)

ท้าทายผู้เรียนให้เลือกหนึ่งในสามประเด็นสำคัญเราได้เรียนในวันนี้ แล้วตั้งเป้าหมายว่าเขาจะเริ่มต้นขั้นตอนนี้ในการประยุกต์ใช้กับชีวิตเมื่อต้องเจอกับสถานการณ์ที่มักตอบสนองด้วยความโกรธ ให้ผู้เรียนตั้งเป้าหมายที่จะตอบสนองในวิถีทางใหม่ต่อสถานการณ์นั้น

1. พัฒนาคุณลักษณะชีวิตทางบวกในชีวิตของเรา
2. เรียนรู้ถึงความแตกต่างระหว่างความรับผิดชอบส่วนตัวกับสิทธิส่วนบุคคล
3. พัฒนาขอบเขตในชีวิตของเรา

แต่ละด้านของทั้งสามหัวข้อนี้ต้องการมากกว่าแค่เป็นเป้าหมายที่อยากให้เกิดในชีวิต ผู้เรียนจำเป็นต้องฝึกฝนในการพัฒนาสิ่งเหล่านี้ กระบวนการเหล่านี้ค่อนข้างเป็นการเจริญเติบโตในระยะยาว ในแต่ละส่วนนั้นเริ่มต้นด้วยก้าวเล็กๆ ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนสามารถเริ่มทำได้ในวันนี้

8

12. การบ้าน

1. ให้ผู้เรียนทำโครงการที่ 9 “การพัฒนาคุณสมบัติชีวิตภายในทางบวก” และโครงการที่ 10 “ความรับผิดชอบส่วนตัวของเรา” ให้เสร็จแล้วส่งในการเรียนครั้งหน้า
2. ให้ผู้เรียนอ่านบทที่ 4 ในคู่มือผู้เรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งหน้าที่ 65-69 เพื่อเตรียมตัวสำหรับการเรียนครั้งหน้า

13. การประเมินผลบทเรียน

กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้

ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?

ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?

เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 9

เราจะใช้ความโกรธในวิถีทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยได้อย่างไร?

1. หลักความจริงจากพระคัมภีร์

ฉันจำเป็นต้องระมัดระวังในการแสดงความโกรธให้อยู่ในวิถีทางที่จะทำให้พระเจ้าพอพระทัย

2. ข้อพระธรรมหลัก

โคโลสี 3:17 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971

และเมื่อเราจะกระทำการใดด้วยวาจาหรือด้วยกายก็ตาม จงกระทำทุกสิ่งในพระนามของพระเยซูเจ้า และขอบพระคุณพระบิดาเจ้าโดยพระองค์นั้น

3. การอ้างอิงคู่มือผู้เรียน

บทที่ 4 โดยเฉพาะในหน้าที่ 65-69 ของคู่มือผู้เรียนจะถูกนำมาใช้ร่วมกับบทเรียนนี้ รวมถึงโครงการที่ 8, 9 และโครงการที่ 10 ในสมุดบันทึกโครงการ ก็จะถูกนำมาใช้ด้วยเช่นกัน

โครงการที่ 8 “การพัฒนารูปแบบการตอบสนองแบบใหม่ๆ”

โครงการที่ 9 “การพัฒนาคุณสมบัติชีวิตภายในทางบวก”

โครงการที่ 10 “ความรับผิดชอบส่วนตัวของเรา”

4. เตรียมความพร้อมก่อนเรียน (5-10 นาที)

เริ่มต้นคาบเรียนในวันนี้ด้วยการเล่าเหตุการณ์ที่แสดงให้เห็นว่าใช้ความโกรธในวิถีที่ถูกต้อง อาจเป็นเรื่องราวจากชีวิตของเราเองหรือเรื่องของคนซึ่งผู้เรียนรู้จัก โดยเรื่องที่พูดต้องสอดคล้องกับมาตรฐานของพระเจ้าในการใช้ความโกรธของตนในวิถีที่ถูกต้อง

หลังจากนั้นให้อธิบายว่าวันนี้เราจะอภิปรายถึงวิธีการที่เฉพาะเจาะจงที่ผู้เรียนสามารถใช้ความโกรธของตนและในเวลาเดียวกันก็ทำให้พระเจ้าพอพระทัย

5. การทบทวนคร่ำวๆ (4-7 นาที)

เพราะเหตุที่คาบเรียนนี้เป็นคาบเรียนสุดท้ายสำหรับวิชานี้ ดังนั้น จึงใช้เวลาสักสองสามนาทีเพื่อทบทวนประเด็นสำคัญบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับสิทธิส่วนบุคคลซึ่งเราได้เรียนไปในวิชานี้

1. มีวิธีการมากมายที่แตกต่างกันในการตอบสนองด้วยความโกรธ
2. ความโกรธเป็นเหมือนนักเลงที่พยายามที่จะควบคุมชีวิตของเรา
3. เราจำเป็นต้องรับผิดชอบสำหรับความโกรธของตนเอง
4. เราจะหยุดอำนาจในทางทำลายของความโกรธในชีวิตได้อย่างไร? ให้เตรียมโปสเตอร์ที่เขียนคำจำกัดความ “สิทธิส่วนบุคคล” แล้วอ่านคำจำกัดความนั้นอีกครั้ง
5. ใช้ภาพตัวอย่างเรื่องวรัชพีชที่มีรากแก้วที่ยังเล็ก โดยชี้ให้เห็นว่าสิทธิส่วนบุคคลของเราหล่อเลี้ยงความโกรธของเราอย่างไรบ้าง
6. สิ่งสำคัญที่เราควรทำคือ มอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแก่พระเจ้า
7. เราได้พูดเนื้อหา 9 ขั้นตอนสู่การเจริญเติบโตใหม่ ในขณะที่เราเรียนรู้ที่จะใช้ความโกรธในวิธีที่สร้างสรรค์
8. เราจำเป็นต้องพัฒนาคุณลักษณะชีวิตด้านบวกในชีวิตของเรา
9. เราจำเป็นต้องเข้าใจความแตกต่างระหว่างความรับผิดชอบส่วนตัวกับสิทธิส่วนบุคคล
10. เราจำเป็นต้องพัฒนาขอบเขตในชีวิตของเรา

9

6. ครอบคลุมหัวข้อ จ. จงใช้ความโกรธของเราในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย

(2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที 65

จุดสำคัญของบทเรียนวันนี้ค่อนข้างต้องระวัง เพราะเรากำลังจะพูดคุยเกี่ยวกับการที่เราสามารถใช้ความโกรธ ในเนื้อหาส่วนใหญ่ของวิชานี้ เราได้บอกให้ค้นหาวิธีการใหม่ๆ ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ยากลำบาก ซึ่งเราเคยใช้ความโกรธในอดีต

ในสถานการณ์ส่วนใหญ่ที่เราถูกทดลองให้ใช้ความโกรธนั้น เป็นไปได้ว่ามักไม่ใช่เป็นการตอบสนองอย่างที่พระเยซูจะทรงใช้

ในบทเรียนวันนี้ เราจะพูดคุยเกี่ยวกับวิธีการที่เราสามารถใช้ความโกรธ แต่น้อยครั้งที่เราจะใช้ความโกรธแบบนี้

หกหัวข้อที่ให้ไว้ในส่วนนี้ของบทเรียนนั้นมีความสำคัญที่นำสู่ภาคปฏิบัติคือเรื่องการเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัย อภิปรายแต่ละขั้นตอนหรือไม่ก็หยิบส่วนที่เราารู้สึกว่าจะเหมาะกับผู้เรียนที่จะปรับใช้กับชีวิตมากที่สุด

7. แนะนำหัวข้อ จ.-1 เรียนรู้วิธีการตอบสนองด้วยความโกรธแทนที่จะเป็นปฏิกิริยาโต้ตอบของความโกรธ (5-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 66

ประเด็นแรก เรียนรู้วิธีการตอบสนองด้วยความโกรธแทนที่จะเป็นปฏิกิริยาโต้ตอบของความโกรธ นั้นมีความสำคัญยิ่งต่อกระบวนการเปลี่ยนแปลงชีวิตเรา เป็นการเรียกร้องให้แต่ละคนเลือกการตอบสนองมากกว่าการแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบด้วยความโกรธ

พระธรรมยากอบ 1:19-20 กล่าวไว้ว่า ให้เราช้าในการโกรธ เมื่อเรามองดูสถานการณ์ที่พระเยซูทรงแสดงออกถึงความโกรธของพระองค์ก็จะเห็นว่าพระองค์ตั้งใจที่จะใช้ความโกรธในสถานการณ์นั้น พระเยซูไม่ได้ควบคุมตัวเองไม่ได้หรือยุ่งจนทนไม่ไหว พระองค์ทรงตอบสนองด้วยความโกรธอย่างตั้งใจ ไม่ใช่แสดงปฏิกิริยาโต้ตอบความโกรธ

อภิปรายกับผู้เรียนถึงความสำคัญของการพัฒนาท่าที่ต่างๆ และการคิดอย่างพระเจ้า

จากนั้นให้อภิปรายว่าสถานการณ์ใดที่เหมาะสมที่จะใช้ความโกรธ

8. ครอบคลุมหัวข้อ จ.-2 เมื่อเราโกรธ อย่าเก็บความเคียดแค้นไว้ (5-8 นาที) คู่มือผู้เรียน หน้า 66

ประเด็นนี้พูดถึงความจริงที่เราจะเกิดความโกรธในอนาคตและบางส่วนของความโกรธนี้อาจเป็นโอกาสที่ทำให้เราไม่ได้รับพระพรจากพระเจ้า เราอาจพลาดสิ่งที่ดีที่สุดจากพระเจ้า แต่แทนที่จะปล่อยให้ความอับอายทับถมตนเองหรือทำให้ความโกรธเป็นเรื่อง “ฝ่ายวิญญาณจนเกินไป” เราต้องสตัยชื้อกับตนเองและมองดูสิ่งนี้อย่างที่พระเจ้ามองดู

ประเด็นสำคัญอยู่ที่อย่าปล่อยให้ความโกรธนำเราสู่เส้นทางของความขมขื่นและเก็บความเคียดแค้นคนอื่นไว้ ดูตัวอย่างของโยเซฟในพระคัมภีร์เดิม โยเซฟไม่ยอมให้มีการกระทำอันเลวร้ายของพี่น้องปล้นเอาสิ่งที่ดีที่สุดจากพระเจ้าที่มีสำหรับชีวิตของเขาไป

อีกข้อพระคัมภีร์ที่เหมาะสมกับเรื่องนี้ก็คือ เอเฟซัส 4:26-27 หนึ่งในกุญแจสำคัญที่นำประเด็นนี้มาสู่การปฏิบัติก็คือ เรียนรู้ที่จะให้อภัยคนอื่นเหมือนดังที่โยเซฟได้กระทำ

9. **ครอบครัวหัวข้อ ฉ.-3 หันเหทิศทางความโกรธของเราไปสู่บางสิ่งที่สร้างสรรค์**
(5-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 67

ประเด็นนี้เป็นโอกาสดีที่ให้นำเอาแบบอย่างของพระเยซูคริสต์มาพูด แม้ว่าพระเยซูทรงพิโรธพระองค์ก็ไม่ได้ยอมให้ความโกรธนำพระองค์สู่เส้นทางแห่งการทำลายล้าง ร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่าเราจะหันเหความโกรธของเราไปสู่สิ่งที่เป็นการบวกได้อย่างไร

ดูข้อมูลเพิ่มเติมในคู่มือผู้เรียนเรื่องดาวิดในพระคัมภีร์เดิม และวิธีหันเหความโกรธของเราไปสู่การอธิษฐานกับพระเจ้า

อีกวิธีหนึ่งในการหันเหความโกรธของเราคือการมีรูปแบบความคิดใหม่ ดาวิดใช้วิธีปฏิบัติต่อซีเมอี เขาปฏิเสธที่จะให้นายทหารไปสังหารซีเมอีที่กำลังด่าดาวิด ดาวิดตอบสนองว่า “พระเจ้าทรงบอกซีเมอีให้ทำสิ่งนี้” ดาวิดเดินบนเส้นทางที่เป็นบวกแทนหนทางแห่งการทำลายล้างที่เต็มด้วยความบาป

10. **ครอบครัวหัวข้อ ฉ.-4 จงนำพระเจ้าเข้าสู่สถานการณ์ที่ตึงเครียดของเรา**
(5-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 67

บางตัวอย่างที่ให้ไว้ด้านบนสำหรับหัวข้อ ฉ.-3 นั้นเหมาะกับเนื้อหาในหัวข้อนี้ด้วย อย่างชัดเจนแค่สถานการณ์ที่ตึงเครียดในชีวิตของเราเท่านั้นแต่จงเปิดทุกโอกาสให้พระเจ้าเข้ามาอยู่ในสถานการณ์นั้นด้วย ขอความช่วยเหลือ สติปัญญา และฤทธิ์อำนาจจากพระเจ้า

หากเรารู้สึกว่าวิธีที่ดีที่สุดคือพระเจ้าต้องการให้เราแสดงความโกรธเพื่อสื่อสารสิ่งที่พระองค์ต้องการ จะทำให้สำเร็จในสถานการณ์นี้แล้วล่ะก็ จงทำอย่างนั้น

จงนำชื่อพระคัมภีร์เข้ามาสู่ชีวิตของเรา ท่องจำข้อพระธรรมเหล่านั้นแล้วยกอ้างพระวจนะนั้นในยามที่เราเผชิญสถานการณ์ที่ยากลำบาก

11. **ครอบครัวหัวข้อ ฉ.-5 จงกลายเป็นผู้สร้างสันติสำหรับคนอื่นที่มีความโกรธ**
(5-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้าที่ 68

เมื่อเราเรียนรู้วิธีการใช้ความโกรธของเราในทางที่ทำให้พระเจ้าพอพระทัยแล้ว เราอาจไม่ได้ใช้ความโกรธเลยก็เป็นได้ ในขณะที่เราไม่ได้ใช้ความโกรธแต่ก็กำลังโกรธอย่างมาก ในสถานการณ์นี้หากเราสามารถควบคุมอารมณ์ของเราได้พระเจื่อก็สามารถใช้เราเป็นผู้สร้างสันติได้

เมื่อเรากำลังเป็นผู้สร้างสันติ หมายความว่าเรากำลังช่วยคนที่กำลังโกรธและได้รับความเจ็บปวด เขาอาจพร้อมที่จะโยนความโกรธมาลงที่เรา แต่หากเราเต็มใจที่จะรับโดยปราศจากปฏิกิริยาอย่าง เดียวกับที่เขา กำลังกระทำแล้วพระเจ้าก็สามารถใช้เราเป็นผู้สร้างสันติได้

หน่วยงาน การดำเนินชีวิตอย่างอิสระ มีทั้งวิชาเรื่องการเป็นผู้สร้างสันติ ให้ดูเว็บไซต์ www.livingfree.org สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม

12. ครอบคลุมหัวข้อ จ.-6 พระเจ้าอาจประทานสิทธิส่วนบุคคลบางอย่างคืนแก่เราแต่สิทธินี้ กลายเป็นสิทธิพิเศษแทน (5-8 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 68-69

ประเด็นที่หก พระเจ้าอาจประทานสิทธิส่วนบุคคลบางอย่างคืนแก่เราแต่สิทธินี้กลายเป็นสิทธิพิเศษ แทน นี่คือการความจริงที่มีพลัง ยกตัวอย่างวิธีการที่พระเจ้าอาจประทานสิทธิส่วนบุคคลของผู้เรียนคืน กลับให้พวกเขา แต่ตอนนี้เราต้องมองดูสิทธินี้แตกต่างไปจากเดิม เราไม่สามารถเรียกร้องให้คนอื่นทำ ตามกฎเกณฑ์เหล่านี้ได้อีก แต่บัดนี้เรามองเห็นสิทธิส่วนบุคคลเหล่านี้กลายเป็นสิทธิพิเศษแทน

ยกตัวอย่างเช่น เราไม่อาจเรียกร้องให้เขาเคารพนับถือเรา

เมื่อพระเจ้าประทานกลับคืนมาให้ในฐานะสิทธิพิเศษแล้ว เมื่อบางคนแสดงความเคารพเรา เราก็ รู้สึกขอบคุณสำหรับสิทธิพิเศษที่เราได้รับการเคารพ เรามีมุมมองใหม่ต่อสถานการณ์เหล่านี้

เมื่อพระเจ้าประทานบางสิ่งคืนกลับมาให้เป็นสิทธิพิเศษ สิทธินั้นก็ยังอยู่ในการควบคุมของพระองค์ อย่างสิ้นเชิง พระเจ้าอาจให้เรามีสิทธิพิเศษในการได้รับความเคารพเพียงแค่ครั้งเดียวหรืออาจเกิดขึ้น หลายวันติดต่อกันก็ได้ แต่เราไม่ควรเรียกร้องสิทธิพิเศษ เราทำได้เพียงรับไว้ด้วยใจขอบพระคุณ ดังนั้น ลักษณะชีวิตด้านบวกของความซาบซึ้งใจนั้นจึงเป็นลักษณะสำคัญควบคู่กับสิทธิพิเศษเหล่านี้

ในคู่มือผู้เรียนมีข้อมูลในประเด็นนี้เพิ่มเติม เหมาะสำหรับการอภิปรายร่วมกัน

13. บทสรุปของวิชานี้ (2-3 นาที) คู่มือผู้เรียนหน้า 69

การทบทวนเนื้อหาทั้งหมดของวิชานี้ ทำทนายผู้เรียนให้เริ่มต้นกระบวนการนี้ที่ละขั้นตอน หนุนใจให้ พวกเขายอมมอบสิทธิส่วนบุคคลของตนแด่พระเจ้าเรื่อยๆ ทำทนายให้พวกเขาลงทุนลงแรงในการพัฒนา วิธีทางใหม่ๆ ของการตอบสนองต่อสถานการณ์ทั้งหลายแทนที่จะใช้ความโกรธ

ให้จบวิชานี้ด้วยข้อความของอาจารย์เปาโล ในฟิลิปปี 3:13-14 (ในคู่มือผู้เรียนหน้า 69) ซึ่งเราได้ บากบั่นมุ่งไปสู่หลักชัยที่พระเจ้าได้ทรงเรียกเราให้ไปถึง

ฟิลิปปี 3:13-14 ฉบับสมาคมพระคริสตธรรมไทย TH1971

ดูก่อนพี่น้องทั้งหลาย เราไม่ถือว่าเราได้ฉวยไว้ได้แล้ว แต่เราทำอย่างหนึ่งคือสิ่งซึ่งที่ผ่านพ้นมาแล้วเสียและโน้มตัวออกไปหาสิ่งที่อยู่ข้างหน้า เรากำลังบากบั่นมุ่งไปสู่หลักชัยเพื่อจะได้รับรางวัลซึ่งในพระเยซูคริสต์พระเจ้าได้ทรงเรียกจากเบื้องบนให้เราไปรับ

ทำให้เป็นที่ตระหนักชัดว่าวิชานี้อาจเป็นจุดหักเหที่สำคัญในชีวิตของผู้เรียนหากพวกเขาโน้มรับความจริงเหล่านี้และเริ่มนำมาปฏิบัติในชีวิต วิชานี้ก็กลายเป็นคำพยานของผู้คนมากมายซึ่งดำเนินตามความจริงเหล่านี้เมื่อพวกเขาได้เรียนวิชานี้เมื่อหลายปีที่ผ่านมา

14. การประยุกต์ใช้กับชีวิตส่วนตัว (5 นาที)

1. ทำทนายผู้เรียนให้เลือกหนึ่งในหกประเด็นที่เราได้อภิปรายในวันนี้ แล้วตั้งเป้าหมายที่จะตอบสนองด้วยวิถีทางใหม่โดยการใช้ความจริงนั้นในแต่ละสถานการณ์
2. ทำทนายผู้เรียนให้ใช้ความโกรธเป็นดั่งนาฬิกาปลุกจากทุกๆ กิจวัตรประจำวัน โดยใช้กระตุ้นให้ผู้เรียนตื่นตัวจากการยึดสิทธิส่วนบุคคลที่ควรจะมีแต่พระเจ้า

15. การบ้าน

ให้คะแนนโครงการที่ 9 และ 10

9

16. การประเมินผลบทเรียน

กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านเพื่อการปรับปรุงบทเรียนนี้
 ส่วนใดของบทเรียนนี้ที่ใช้ได้ดีที่สุด?
 ส่วนใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจยากที่สุด?
 เนื้อหาเรื่องใดที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียน?

บทเรียนที่ 10

การสอบ

1. แนะนำเนื้อหาที่จะครอบคลุมในวิชาถัดไปที่เรากำลังจะสอน
 - ก. แจกสมุดบันทึกโครงการหรือโครงการใดๆ ซึ่งต้องทำให้เสร็จก่อนคาบเรียนครั้งแรกของวิชาถัดไปซึ่งเราจะสอน
 - ข. ให้ผู้เรียนพลิกไปที่หน้าสุดท้ายในสมุดบันทึกโครงการฉบับใหม่ เขาจะเห็นหน้าซึ่งมีรายการบ้านในวิชาใหม่นี้ ในด้านท้ายสุดของสมุดบันทึกโครงการ บอกผู้เรียนให้ทราบวันที่ทำแบบทดสอบย่อยแต่ละครั้ง วันส่งโครงการ และการสอบ
 - ค. แจกคู่มือผู้เรียนฉบับใหม่และบอกเลขหน้าที่ต้องอ่านก่อนที่จะเริ่มเรียนในคาบเรียนถัดไป
2. ให้ทำการสอบของวิชานี้
3. ส่งคืนแบบทดสอบย่อยและโครงการต่างๆ ที่เราได้ให้คะแนนแล้วแก่ผู้เรียนหากว่าเรายังไม่ได้ส่งคืนให้พวกเขา

คู่มือผู้เรียน

คู่มือผู้เรียนไม่ได้ถูกรวบรวมไว้ในคู่มือครู แต่ได้ถูกจัดทำขึ้นเป็นเอกสารแยกต่างหาก

ให้ดูหน้า 5 ของคู่มือครูเล่มนี้สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเรื่องการใช้คู่มือผู้เรียน

สมุดบันทึกโครงการ

สมุดบันทึกโครงการไม่ได้ถูกรวบรวมไว้ในคู่มือครู แต่ได้ถูกจัดทำขึ้นเป็นเอกสารแยกต่างหาก

ให้ดูหน้า 5 ของคู่มือครูเล่มนี้สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเรื่องการใช้สมุดบันทึกโครงการ

การสอบและใบประกาศนียบัตรสำหรับผู้จบการศึกษา

ให้ดูหน้า 5 ของคู่มือครูเล่มนี้สำหรับข้อมูลเรื่องการใช้การสอบและใบประกาศนียบัตรสำหรับ
ผู้จบการศึกษา

ชื่อ _____

ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

วันที่ _____

การสอบ

ชั้น _____

_____ คะแนน

ข้อสอบคำถามถูกผิด (ข้อละ 2 คะแนน)

คำแนะนำ: ให้ใส่เครื่องหมาย X หน้าข้อที่ถูก

ให้ใส่เครื่องหมาย 0 หน้าข้อที่ผิด

- _____ หากเรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า หมายความว่าพระเจ้าทรงเป็นเจ้าของสิทธิ นั้น และสิทธินี้กลายเป็นสิทธิส่วนบุคคลของพระเจ้าแล้ว
- _____ หากคนๆ หนึ่งได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของเขาแต่พระเจ้า เขาควรตัดสินใจที่จะขอบพระคุณ พระเจ้าสำหรับอะไรก็ตามที่เกิดขึ้นตามมา
- _____ หากคนๆ หนึ่งไม่ได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของเขาแต่พระเจ้า และมีคนละเมิด (ทำผิดหรือล้ำ เส้น) หนึ่งในสิทธิส่วนบุคคลของเขาแล้ว โดยปกติเขาจะเกิดความโกรธ
- _____ เมื่อพระเยซูทรงพิโรธ พระองค์ทรงทำบาปและต้องขอการอภัยจากพระเจ้า
- _____ พระเจ้าไม่ได้ต้องการให้เรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระองค์
- _____ หากคนๆ หนึ่งได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของเขาแต่พระเจ้า พระเจ้าจะไม่ทดสอบเขาเพื่อดูว่า เขามีความจริงใจหรือไม่
- _____ คริสเตียนส่วนใหญ่กำลังคิดถึงการแสดงความรักของพวกเขาต่อพระเจ้าในขณะที่พวกเขา กำลังโกรธอีกคนหนึ่งอยู่
- _____ เมื่อเรากำลังโกรธ เป็นเรื่องยากที่เราจะทำบาป
- _____ หลังจากที่คริสเตียนได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของเขาแต่พระเจ้าแล้วส่วนใหญ่เขาจะไม่โกรธอีก เลย
- _____ ในพระคัมภีร์พระเจ้าทรงมีกฎเกณฑ์มากมายซึ่งบอกเราถึงวิธีการตอบสนองหลังจากที่เราได้ มอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า
- _____ ความเจ็บปวดจากอดีตที่ยังไม่ได้รับการแก้ไขสามารถหล่อเลี้ยงความโกรธของเรา
- _____ เมื่อบางคนละเมิดหนึ่งในสิทธิส่วนบุคคลของเราซึ่งเราได้มอบให้พระเจ้าแล้วทุกครั้งเราควร จะบอกเขาว่าเขาได้ทำผิดที่ละเมิดสิทธิส่วนบุคคลเรื่องใดของเรา

เลือกคำตอบที่ถูกต้อง (ข้อละ 2 คะแนน)

คำสั่ง... จงเลือกคำตอบที่ถูกต้อง เขียนพยัญชนะที่เลือกในที่ว่างหลังตัวเลขแต่ละข้อ

1. _____ เมื่อคนๆ หนึ่งได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของเขาแต่พระเจ้า เขาควรจะ...
 - ก. เกิดความโกรธอยู่เสมอ
 - ข. เกิดความโกรธเฉพาะต่อพระเจ้า
 - ค. ขอบคุณพระเจ้าสำหรับอะไรก็ตามที่เกิดขึ้นตามมา

2. _____ พระบัญญัติข้อใหญ่สุดในพระคัมภีร์กล่าวว่า ให้...
 - ก. รักเพื่อนบ้านของท่าน
 - ข. รักพระเจ้า
 - ค. รักเพื่อนๆ ของท่าน

3. _____ เมื่อเราได้มอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า เราควรจะ...
 - ก. เรียนรู้ที่จะพัฒนาคุณสมบัติชีวิตภายในเพื่อทดแทนสิทธิเหล่านั้น
 - ข. อดอาหารและอธิษฐานตลอดทั้งวันก่อน แล้วจึงบอกศิษยาภิบาลของเรา
 - ค. ขอบพระเจ้ายกฐานะสิทธิส่วนบุคคลคืนแก่ท่านให้เป็นสิทธิพิเศษ

4. _____ เรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า โดย...
 - ก. การเป็นคริสเตียน
 - ข. การบอกพระเจ้าว่าเราต้องการให้พระองค์เป็นเจ้าของสิทธิส่วนบุคคลของเรา
 - ค. การอธิษฐานและการพบกับนักกฎหมายคริสเตียน

5. _____ ความรับผิดชอบส่วนตัวของเรา คือ...
 - ก. สิ่งเดียวกับสิทธิส่วนบุคคลของเรา
 - ข. บางสิ่งที่เราไม่มีสิทธิที่จะกระทำ
 - ค. บางสิ่งที่เราได้รับมอบหมายให้กระทำ

6. _____ เมื่อเรามอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้า พระองค์อาจประทานสิทธิบางส่วนกลับคืนให้แก่เรา และกลายเป็น...
 - ก. สิทธิส่วนบุคคล
 - ข. ความรับผิดชอบส่วนตัว
 - ค. สิทธิพิเศษ

เขียนคำตอบอย่างย่อๆ

1. อะไรคือสิทธิส่วนบุคคล?... จงอธิบายว่า “สิทธิส่วนบุคคล” หมายถึงอะไร? (5 คะแนน)

2. ทำไมการมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแต่พระเจ้าจึงเป็นสิ่งสำคัญ? (5 คะแนน)

3. จงอธิบายวิธีการที่คนๆ หนึ่งสามารถมอบสิทธิส่วนบุคคลแต่พระเจ้า
(ข้อละ 2 คะแนน รวม 8 คะแนน)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

4. ก. อะไรคือหนึ่งในสิทธิส่วนบุคคลของเราที่ถูกละเมิดเมื่อไม่กี่สัปดาห์ที่ผ่านมา? (4 คะแนน)

- ข. คุณสมบัติภายในอะไรที่ช่วยเราได้มากที่สุดในการตอบสนองตามวิถีทางของพระเจ้าเมื่อสิทธิส่วนบุคคลของเราถูกละเมิด? (4 คะแนน)

ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

การสอบ

เฉลยคำตอบ

หน้าที่ 1

ข้อสอบที่ตอบว่าจริงหรือไม่จริง

(ข้อละ 2 คะแนน)

1. X ถูก
2. X ถูก
3. X ถูก
4. 0 ผิด
5. 0 ผิด
6. 0 ผิด
7. 0 ผิด
8. 0 ผิด
9. 0 ผิด
10. X ถูก
11. X ถูก
12. 0 ผิด

หน้าที่ 2

ข้อสอบที่ให้เลือกคำตอบที่ถูกต้อง (ข้อละ 2 คะแนน)

1. ก.
2. ข.
3. ก.
4. ข.
5. ก.
6. ก.

ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

การสอบ

เฉลยคำตอบ

หน้าที่ 3

ข้อสอบอัตนัยที่ให้บรรยายคำตอบโดยย่อ

- คำตอบที่น่าจะเป็น (5 คะแนน)
 - กฎเกณฑ์ที่เราสร้างขึ้นซึ่งเราคาดหวังให้คนอื่นทำตาม
 - บางสิ่งทีคนๆ หนึ่งเป็นเจ้าของ
 - บางสิ่งซึ่งคนกล่าวอ้างว่ามีสิทธิอย่างยุติธรรมและถูกต้องตามกฎหมาย
 - บางสิ่งทีเรามีสิทธิที่จะกระทำ
- คำตอบที่น่าจะเป็น (5 คะแนน)
 - เพราะว่าพระเจ้าทรงรักเรา
 - เพื่อแสดงว่าเรารักพระเจ้า
 - สิทธิส่วนบุคคลจะควบคู่กับความเป็นเจ้าของ หากเราเป็นคริสเตียน พระเจ้าควรเป็นเจ้าของสิทธิทั้งหลายของเรา
 - พระเจ้าทรงเป็นผู้มีสิทธิอำนาจเด็ดขาด
 - เพื่อเราจะไม่โกรธผู้คนหรือวิตกกังวล
- คำตอบที่น่าจะเป็น (ข้อละ 2 คะแนน รวม 8 คะแนน)
 - จงเขียนรายการสิ่งต่างๆ ที่ทำให้เราโกรธ
 - ทำรายการทั้งหมดของสิทธิส่วนบุคคลของเรา
 - อธิษฐานและมอบสิทธิส่วนบุคคลของเราแด่พระเจ้า
 - ตัดสินใจที่จะขอบคุณพระเจ้าสำหรับอะไรก็ตามที่เกิดขึ้น
- (5 คะแนน) คำตอบส่วนตัว
 - (4 คะแนน) คำตอบส่วนตัว
 - (ข้อละ 3 คะแนนรวม 9 คะแนน) ทั้งหมดเป็นคำตอบส่วนตัว

หน้าที่ 4

- (8 คะแนน) คำตอบส่วนตัว
- ข้อพระธรรมที่ให้ท่องจำ (ข้อละ 3 คะแนนรวม 21 คะแนน)

เอเฟซัส 4:26-27 ยากอบ 1:19-20 สุภาษิต 15:1

ขอแสดงความยินดีกับ

ในการสำเร็จการศึกษาอย่างสมบูรณ์ตามข้อกำหนดทางวิชาการทุกประการของวิชา

ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

เราชื่นชมในการอุทิศตนของท่านต่อการศึกษาในวิชานี้ และหวังว่าท่านจะประสบความสำเร็จ
อย่างต่อเนื่องในการนำคำสอนจากพระคริสตธรรมคัมภีร์ที่ท่านได้ศึกษาในวิชานี้ไป
ประยุกต์ใช้ในชีวิตของท่าน

อาจารย์ผู้สอน _____

วันเดือนปี _____

ขอแสดงความยินดีกับ

ในการสำเร็จการศึกษาอย่างสมบูรณ์ตามข้อกำหนดทางวิชาการทุกประการของวิชา

ความโกรธและสิทธิส่วนบุคคล

เราชื่นชมในการอุทิศตนของท่านต่อการศึกษาในวิชานี้ และหวังว่าท่านจะประสบความสำเร็จ
อย่างต่อเนื่องในการนำคำสอนจากพระคริสตธรรมคัมภีร์ที่ท่านได้ศึกษาในวิชานี้ไป
ประยุกต์ใช้ในชีวิตของท่าน

อาจารย์ผู้สอน _____

วันเดือนปี _____