

Manwal sa Estudyante

6

**Nagtubo Pinaagi sa Pagkapakyas
Pagpasaylo, Pagpauli ug Pagkaayo
gikan sa kapakyasan**



Mga Pagtuon sa Grupo
alang sa Bag-ong Kinabuhi

Nagtubo Pinaagi sa Pagkapakyas

Pagpasaylo, Pagpauli ug Pagkaayo gikan sa kapakyasan

David Batty

Manwal sa Estudyante

Ika-5 nga Edisyon



Nagtubo Pinaagi sa Pagkapakyas

Pagpasaylo, Pagpauli ug Pagkaayo gikan sa kapakyasan

Manwal sa Estudyante

Ika-5 nga Edisyon

Pinaagi kay David Batty

Ang mga pakisayran sa kasulatan nga gigamit sa kini nga kurso gikan sa mga mosunod nga bersyon sa Bibliya.

Ang mga gimarkahan nga mga bersikulo ug MBB gikan sa Balaang Bibliya, Maayong Balita Biblia, copyright 2003. PHILIPPINE BIBLE SOCIETY 890 United Nations Avenue 1000 Manila, Philippines.

Copyright © 2023, Teen Challenge USA.

Kini nga kurso orihinal nga gimantala sa English nga adunay titulo, *Growing Through Failure, 5th edition.*

Ang kini nga mga materyal mahimo'g kopyahon ug ipanghatag aron magamit sa Teen Challenge, parehas nga programa, mga lokal nga simbahan, eskuylahan ug uban pang mga organisasyon ug indibidwal. Ang kini nga mga materyal mahimo usab nga i-download gikan sa internet sa website: www.iTeenChallenge.org Ang mga nagtinguha nga imantala ug ibaligya kini nga mga materyal kinahanglan magkuha sinulat nga pagtugot gikan sa Global Teen Challenge.

Kini nga kurso bahin sa *Mga Pagtuon sa Grupo alang sa Bag-ong Kinabuhi* naugmad aron magamit sa mga simbahan, eskuylahan, mga ministro sa bilanggoan, Hagit sa Kabatan-onan, ug parehas nga mga ministryo nga nagtrabaho kauban ang mga bag-ong Kristiyano. Ang manwal sa magtutudlo, manwal sa estudyante, giya sa pagtuon, pagsulay, ug sertipiko magamit alang sa kini nga kurso. Alang sa dugang nga kasayuran bahin sa kini nga mga kurso, kontak:

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA, 31902 USA
Email: gtc@globaltc.org
Web: www.globaltc.org and www.iTeenChallenge.org

Teen Challenge Philippines
Catalunan Pequeno
Davao City, Philippines, 8000
Phone number: (82) 291-1377
Email: atcpdavao@gmail.com



Petsa sa kataposang giusab: 05-2023

Mga Sulod

Kapitulo 1. Ang mga hinungdan sa akong kapakyasan.....	4
A. Lainlaing matang sa kapakyasan	4
B. Unsa ang buhaton sa Dios kung ang akong kapakyasan usa ka sala.....	7
C. Pagsabot sa akong mga problema.....	9
D. Mga sangputanan sa mga kapakyasan	11
Kapitulo 2. Unang mga lakang sa pagkaayo gikan sa kapakyasan	15
A. Komon nga mga paagi sa pagtubag sa kapakyasan.....	16
B. Unsa akong buhaton kung mapakyas ko?.....	18
C. Mangayo og pasaylo	23
D. Paghimo sa pagpakig-uli	27
Kapitulo 3. Unsaon pagtubo pina-agi sa akong mga kapakyasan	32
A. Pag-buntog sa problema	32
B. Pagpuyo sa usa ka himsog nga estilo sa pagkinabuhi	39
C. Paghimo og mga lakang aron mapugngan kana nga kapakyasan pag-usab	42
Kapitulo 4. Pagbalikbalik	46
A. Pito ka rason ngano ang pagkaayo dali'ng mahimo nga pagbalik	47
B. Unsa ang hinungdan sa pagbalik?	49
C. Pagsabot sa pagbalikbalik.....	51
D. Unsa ang buhaton kung mahitabo ang pagbalik.....	53

Kapitulo 1

Ang mga hinungdan sa akong kapakyasan

Daghang bag-ong mga Kristohanon ang napakyas ang Dios sa wala madugay human sila nahimong mga Kristohanon. Mahimo nilang lapason ang usa ka mga balaod sa Dios. Pananglitan, si Chris nasuko kang Sharon ug nagsugod sa pagpanunglo ug pagpakig-away. Pipila ka oras ang milabay misugod siya sa pagbati og tumang kasubo sa nahitabo. Sa ulahi siya miadto sa iyang higala uban niini nga pangutana. “Karon nga akong napakyas ang Dios, unsa ang mahitabo? Kinahanglan ba akong mahimong Kristohanon pag-usab? Pasayloun baa ko sa Dios?”

Aron mahimong malamposong Kristohanon wala magpasabot nga kinahanglang perpekto. Kitang tanan masayop. Kitang tanan mapakyas. Apan kinahanglang makat-on kita gikan sa atong mga kapakyasan. Kini mahimong mga kahigayonan sa pagduol sa Dios. Atong tan-awon ang pipila ka mga dapit diin ang bag-ong mga Kristohanon makasinati og kapakyasan.

A. Lainlaing matang sa kapakyasan

Ang matag tawo makasinati og kapakyasan isip normal nga bahin sa kinabuhi. Ang ubang mga kapakyasan adunay gamay o walay epekto sa imong kinabuhi ug sa dili madugay makalimtan nimo kini. Ang ubang mga kapakyasan nagkontrol sa kinabuhi sa usa ka tawo. Kadtong nanlimbasug sa pagkaadik nahibalo kon unsa kalisud ang pag-undang gikan niana nga siklo sa mga kkapakyasan. Kasagaran ang pagkaadik mobira niana nga tawo ngadto sa tanang matang sa mga kapakyasan.

Ang ubang mga kapakyasan mahimong adunay makadaut nga mga sangputanan nga makaapekto kanimo sa nnahabilin sa bisan sa katapusan sa imong kinabuhi. Ang tawo nga mapakyas sa pagliko sa iyang awto sa usa ka hait nga kurbada ug pagmaneho gikan sa pangpang mahimong dili na mabuhi aron isulti kung unsa ang nahitabo.

Atong tan-awon ang tulo ka dagkong grupo sa kapakyasan:

- (1) kapakyasan nga dili sala
- (2) kapakyasan nga sala
- (3) kapakyasan nga mosangpot sa sala

Sa atong pagtan-aw sa lugar nga naa sa kapakyasan sa atong kinabuhi, kinahanglan natong makita nga kini adunay positibo nga epekto, o ang kapakyasan mahimong adunay makadaot nga epekto sa atong kinabuhi.

1. Kapakyasan nga dili sala

Tungod kay walay usa kanato nga perpekto, kutang tanan makasinati og kapakyasan isip normal nga bahin sa atong kinabuhi. Daghan niini nga mga kapakyasan mao ang normal, sa dihang ang usa ka bata unang makakat-on sa paglakaw, sila mahulog sa daghang higayon sa proseso. Atong giila nga ang matag kapakyasan kay normal nga bahin sa proseso sa pagtubo. Sa atong pag-agi sa kinabuhi, ang mga kapakyasan mahimong usa ka posotibo nga bahin sa atong kinabuhi samtang kini naghatag og mga opotunidad sa pagtubo.

a. Napildi sa duwa

Sa halos tanang kalihokan sa sports, usa ka grupo ang modaog ug usa ang mapildi. Ang napildi nga grupo napakyas sa pagdaog, bisan pa nga mao kana ang ilang tumong. Mahimo kang mapildi ug makapahimuot gihapin sa Dios.

b. Wala kapasar sa test

Daghan kanato ang migugol og katuigan sap ag-eskwela. Tingali ikaw ang talagsaon nga tawo nga wala gayud mapakyas sa usa ka pagsulay. Apan kadaghanan sa uban kanato sa usa ka panahon wala sila makapasar sa usa ka test. Kini nga matang sa kapakyasan dili usa ka sala. Kung nahimo nimo ang imong labing maayo sa pagtuon alang sa usa ka test, ug nabagsak gihapon, dili kini sala.

c. Pagkapakyas sa pagkab-ot sa usa ka tumong

Tingali nagplano ka nga tawagan ang imong inahan sa dili pa ang udto karong adlaw. Apan sa pipila karason wala ka makahimo sa pagtawag sa telepono. Dili kini sala. Gamay man kini o dako, ang pipila ka mga tawo nahadlok kaayo nga mapakyas nga sila nagdumili sa pagsulay sa bisan unsang butang nga adunay peligro. Kung gusto nimo nga motubo kinahanglan nimo nga maghimog pipila ka mga tumong. Kung gusto nimo nga mapauswag ang imong kahanas sa usa ka particular nga lugar sa trabaho o usa ka kalihokan sa dula, kinahanglan nimo nga buhaton kini. Ang risgo sa kapakyasan takos sa pagbati sa katumanan nga imong makuha human nimo maabot ang imong tumong.

d. Mga sayop

Kon magsul-ob ka og medyas nga lainlaig kolor, mahimong maulaw ka niini nga sayop, apan dili ka badlongon sa Dios niana. Kung nagluto ka og cake, ug nakalimot sa pagbutang sa usa ka sangkap, usa ka tilaw makaingon kana nga kini adunay sayop. O nagkaway ka na bas a usa ka tawo sa dalan nga sa imong hunahuna usa ka higala, ug dayon nadiskobrehan nga dili diay nimo kadto kaila? Kitang tanan makahimog mga sayop nga makapakaulaw kanato, apan walay gilapas bisan unsa sa mga balaod sa Dios.

2. Kapakyasan nga sala

Ang ubang mga kapakyasan maoy sala, ug kini kinahanglan atimanon dayon. Kung mangutana ka sa palibot, tingali makakita ka og tawo nga mopasaylo sa imong kapakyasan, “Oh ayaw kabalaka bahin niini. Kadto usa lamang ka gamay nga kapakyasan. Ang Dios dili magtagad niana.” Tingali tama ang tawo. Apan kinahanglang makakat-on ka kon unsaon paggamit ang Bibliya ingong imong giya sa pag-ila kon unsang mga kapakyasan ang mga sala batok sa Dios.

a. Ang pagkapakyas sa pagsunod sa mga balaod sa Dios (ug sa mga balaod sa tawo)

Kung imong lapason ang usa sa mga balaod sa Dios, sala kini. Usa sa 10 ka sugo nag-ingon, “Dili ka mangawat.” Kon mangawat ka og kwarta gikan sa laing tawo, napakyas ka sa pagtuman niini nga balaod sa Dios, ug nakasala ka. Nakita sa Dios ang imong gibuhad ug naghulat Siya nga moangkon ka sa imong nabuhad nga sayop ug mangayo og pasaylo sa imong nasad-an.

Sa Roma kapitulo 13 giklaro nga naglaom si Hesus nga atung tumanon ang gibuhad nga balaod sa gobyerno. Adunay talagsaong mga higayon nga ang mga balaod sa tawo direktang naglapas sa mga balaod sa Dios diha sa Bibliya. Apan ang kadaghanan sa mga balaod sa gobyerno matuman nga dili mosupak sa Dios. Kon kita mapakyas sa pagsunod niini nga mga balaod, kita usab naglapas sa Dios.

Roma 13:1-2 Maayong Balita Biblia

Kinahanglan ang tanan magtahod sa mga anaa sa kagamhanan kay walay awtoridad nga dili tinugotan sa Dios ug ang mga kagamhanan karon gipahimutang sa Dios. 2Busa ang mosupak sa kagamhanan nagsupak sa gitukod sa Dios ug ang magbuhad niini silotan gayod.

Ang ubang mga Kristohanon dili ganahan sa pipila ka balaod sa gobyerno, busa ila kining gibalewala. Nag-drive sila og 5-10 ka milya kada oras labaw sa speed limit, “tungod ka yang uban nagbuhad niini.” Ang Dios dili motugot kanato sa pagdesisyon kon unsa nga mga balaod ang sayon ug unya motugot sa pagbaliwala sa mga balaod nga dili nato gusto. Ang Dios naglaum nga kita motahud sa mga balaod sa tawo sama nga kita motahud sa Iyang mga balaod. Kona tong lapason kana nga balaod, kita nakasala.

b. Kung mapakyas ka sa pagbuhad sa husto nga butang

Usahay bisan wala kitay gibuhad, kita makasala. Ang Santiago 4:17 nag-ingon nga kung nahibal-an nimo ang husto nga buhaton ug napakyas ka sa pagbuhad niini, nakasala kana. Partikular kini nga naghisgot bahin sa mga butang nga giingon sa Dios sa Bibliya ingon nga husto nga mga butang nga buhaton. Kung nakakita ka og usa ka tawo nga giakusahan nga nangawat, pero kabalo ka kung kinsa ang tinuod nga nangawat, apan wala ka mosulti, nakasala kana.

c. Sa matag higayon nga matintal ka sa pagpakasala

Sa matag higayon nga magpadala ka sa usa ka tintasyon sa pagpakasala, imong mapakyas ang Ginoo. Ang Dios nagsaad nga sa matag higayon nga kita gitintal maghimo Siya og paagi aron kita makalingkawas sa maong tintasyon. Tan-awa ang 1 Corinto 10:13. Sili ka makaingon sa Dios nga, “Kadto nga tintasyon lisod suklan kayo para nako. Gibuhat lang nako ang normal alang sa usa ka tawo sa kana nga mga higayon.” Daghang mga tintasyon ang lisud suklan sa atong kaugalingong kusog. Apan ang Dios klaro nga misaad nga mag-uban kanato ug motabang kanato sa matag tintasyon nga atong maatubang. Kung nahibal-an nimo nga nagpadala ka sa usa ka tintasyon, ayaw pagsulay sa paghimo og mga pasangil sa imong pamatasan. Angkona ang imong kapakyasan ngadto sa Dios ug hangyoa Siya sa pagtabang kanimo sa pagsukol niana nga tintasyon sa umaabot.

3. Kapakyasan nga mosangpot sa sala

Usahay ang kapakyasan makabutang kanimo sa usa ka dapit diin ang pinakasayop nga paagi sa pagsulbad sa problema mao ang pagpakasala. Si Philip napakyas sa paghuman sa iyang homework alang sa klase. Sa dihang gipangayo sa iyang magtutudlo ang iyang trabaho, natental siya nga mamakak ug mosulti siya nga nawala ang iyang buluhaton.

Ganahan si Greg nga magdula og basketball, apan dili siya gusto nga mapildi. Sa diha nga ang iyang grupo hapit na mapildi, siya dali rang masuko ug mangita og mga paagi aron sa pagpahupa sa iyang kasuko sa uban nga mga magdudula. Busa unsa ang ugat sa problema Dilikado ang kinaiya ni Greg. Nagtuo siya nga ang pagdaog mao ang paagi aron malingaw sa pag-basketball. Hangtud nga mabag-o ang iyang kinaiya, magsige siyang kasala matag higayon nga mapildi ang iyang grupo.

B. Unsa ang buhaton sa Dios kung ang akong kapakyasan usa ka sala

Gusto sa Dios nga gamiton ang matag kapakyasan sa imong kinabuhi isip oportunidad sa pagtubo. Gamay man kini nga problema o dako nga kapakyasan, gihigugma gihapon ka sa Dios ug tabangan ka Niya nga Makita ang Iyang kamatuoran sa kana nga kahimtang. Nag-atubang kita og hagit sa matag kapakyasan, andam ba kita sa paghunahuna og mayo kon unsay gusto sa Dios nga atong buhaton karon nga napakyas kita? Abre ba kita sa pagtan-aw sa Iyang panglantaw sa kapakyasan?

Sa pagtan-aw kung unsa ang gibuhad sa Dios kung napakyas kita, importante nga atong hunahunaon una kung unsang klase nga kapakyasan ang atong gihisgutan. Kung kini usa ka kapakyasan nga dili sala, ang tubag sa Dios lahi sa kapakyasan nga sala. Atong tan-awon kung giunsa pagtubag sa Dios kung ang atong kapakyasan usa ka sala.

1. Ang Dios maguol pag-ayo kon mapakyas nato Siya

Daghang mga tawo ang naghunahuna nga ang Dios masuko kanimo matag higayon nga ikaw makasala. Dili kini tinuod. Ang Dios masubo kon ikaw mapakyas, kon ikaw mosupak sa Iyang mga balaod. Ang Dios dili gayud malipay kon ang mga tawo makasala. Sa imong pagbasa sa Bibliya imong Makita nga ang Dios dili malipay sa pagsilot sa mga tawo sa matag higayon nga kita makasala. Sa pagkatinuod, ang Dios mapailobon ug maluluy-on kayo. Panagsa ra Siya maghatag kung unsay angay para kanato, mao ang kamatayon sa matag sala nga atong mahimo.

2. Hatagan ka sa Dios og sad-an nga konsensya

Usa sa mga responsibilidad sa Balaang Espiritu mao ang pagkonbik sa mga tawo sa ilang mga sala. Tan-awa ang Juan 16:8. Kung gibati nimo nga sad-an ka human nimo makasala, hinumdomi nga gusto sa Dios nga isugid nimo ang imong sala ug sundon Siya.

Sa matag higayon nga dali ka nga motubag sa kobiksyon sa Balaang Espiritu, ang imong relasyon sa Dios molambo. Kinahanglan natong ibutang ang taas nga positibo nga bili sa konbiksyon sa Balaang Espiritu. Siya nagpakita kanato nga Siya nagpakabana kanato sa matag higayon nga Iya kitang gikonbik sa atong makasasalang mga kapakyasan.

3. Ang Dios misaad nga pasayloon ka

Ang Ginoo misaad nga pasayloon ka kung isugid nimo ang imong kapakyasan ngadto Kaniya. Tan-awa ang 1 Juan 1:9. Sakit nga mapakyas, apan kung isugid nimo ang imong sala, pasayloon ka sa Dios ug hatagan ka og kalinaw.

4. Ang Dios modisiplina sa Iyang mga anak

Ang Hebreo kapitulo 12 nagpatin-aw nga ang Dios nahigugma kanato. Tungod niini nga gugma, Siya nagdisiplina kanato kon kita mosupak Kaniya. Ang katuyoan sa pagdisiplina mao ang pagtul-id sa atong kinabuhi ug pagtabang kanato nga makabalik sa husto nga dalan. Ang Dios mapailubon kayo, dili usa ka masuk-anon nga Dios unya magdumot kanimo sa matag higayon nga mogawas ka sa linya. Daghang mga higayon nga gigamit sa Dios ang mga adunay awtoridad kanimo sa pagdisiplina kanimo. Wala kini magpasabot nga sa matag higayon nga ang usa ka ginikanan o usa ka lider modisiplina sa usa ka tawo, ilang gibuhat kini sa paagi nga gusto sa Dios nga sila madisiplina. Ang pagdisiplina sa Dios kanunay magdala ug paglaom sa tinuod nga kausaban sa imong kinabuhi.

5. Ang Dios naghatag kanato ug rason nga makabaton ug paglaom sa umaabot

Kon imong tan-awon ang paagi sa pagtrato sa Dios kang Adan ug Eba human sila makasala, imong Makita kon unsa ka dako ang gugma sa Dios kanila. Nag-antos gihapon sila sa sangpotanan sa ilang mga sala. Apan Siya misaad nga sa umaabot usa ka kaliwat nila (Hesukristo) ang molaglag sa gahum ni Satanas ug maghatag og paagi sa kaluwasan alang kanatong tanan. Ang Genesis 3:15 naglangkob niini nga saad. Ang tibuok kapitulo naghulagway sa mga sangputanan nga atubangon ni Adan, Eba ug sa bitin tungod sa ilang mga sala.

Ang Bag-ong Tugon napuno sa mga kasulatan nga naghulagway kang Hesukristo isip atong paglaum. Siya misaad nga moanhi pag-usab ug modala kanato sa kahangturan uban Kaniya. Kini nga saad dili lang para sa perpekto nga mga tawo. Para kini natong tanan nga napakyas. Dili lamang kita adunay paglaum sa paggahin sa kahangturan uban Kaniya, apan kita usab adunay paglaum sa usa ka mas mayo nga kinabuhi dinhi karon. Uban sa Iyang tabang kita makakaplag og kagawasan gikan sa pagkaulipon sa sala.

Roma 5:1-11

Roma 7 and 8

Roma 15:13

Colosas 1:21-23

Titus 1:2

1 Juan 3:1-3

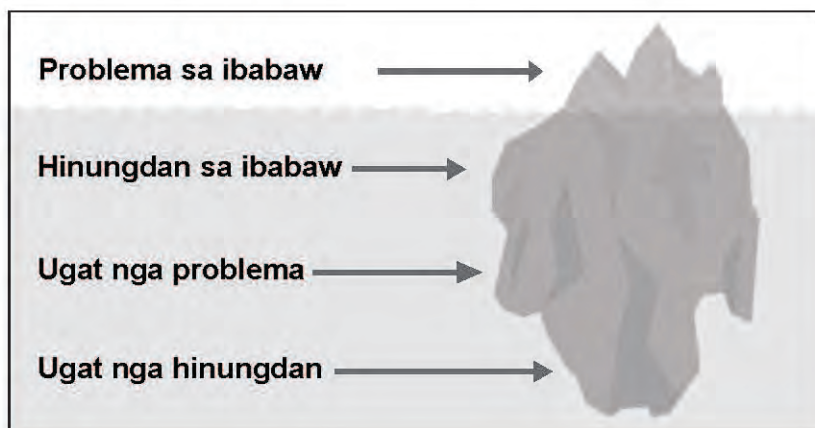
6. Andam ang Dios sa pagtabang kanimo nga motubo

Ang Dios makahimo sa pagtabang kanimo sa pagbuntog sa masakit nga mga kapakyasan. Siya makahatag kanimo og gahum sa pagbuntog sa daan nga makasasala nga mga batasan. Ang iyang gahum labaw pa kay sa bisan unsa nga gahum ni Satanas. Aduna kitay rason sa paglaum alang sa mas maayong kaugmaon kon si Kristo ang nagdumala sa inyong kinabuhi.

Mahimong kuhaon sa Dios ang matag kapakyasan sa imong kinabuhi ug gamiton kini aron matabangan ka nga makakat-on sa importansya sa leksyon. Wala kini magpasabot nga gusto sa Dios nga makasala ka. Apan ang Dios makahimo sa pagkuha sa imong mga kasaypanan, sa imong dili mayo nga mga pagpili, sa imong pagrebelde, ug sa tanan nga mga kasamok sa imong kinabuhi ug mahimo kini nga mga pagbag-o sa imong kinabuhi nga punto sa pagbag-o sa tinuod nga kinabuhi nga Iyang gisaad alang kanimo. Ang matag kapakyasan usa ka opotunidad sa paghimo og papili, modangop ka bas a Dios ug mangayo sa Iyang tabang, o magpadayon ka bas a imong kaugalingon nga paagi, nga buhaton ang imong gihunahuna nga labing maayo?

C. Pagsabot sa akong mga problema

Usa sa importante nga unang mga lakang sa pag-atubang sa imong mga kapakyasan mao ang pagpangita sa mga hinungdan. Ang nagkalainlaing matang sa mga problema maoy hinungdan sa pagkapakyas sa mga tawo. Ingon sa gipadayag sa ilustrasyon sa ubos, kon unsa ang nahitabo sa sulod sa usa ka tawo kasagarang mas dakong bahin sa problema kay sa makita sa ibabaw.



Kini nga ilustrasyon makita sa tsart sa sunod nga pahina. Ang bahin sa iceberg nga anaa sa ibabaw sa tubig mao ang makita sa tanan nga mga problema. Ang bahin sa iceberg sa ilawom sa tubig nagpresentar sa kung unsa ang nahitabo sa sulod sa tawo. Ang bahin sa iceberg sa ubos sa tubig kay 9 hangtud 10 nga mas dako pa sa tubig sa taas, mao ang problema sa taw okay kasagaran mas dako pa sa ibabaw nga problema nga makita sa ubang tawo.

Ang seksyon sa iceberg sa ilawom sa tubig sama sa mga hinungdan sa atong mga problema, ang atong mga kinaiya sa sulod. Kini nga mga sumbanan sa panghunahuna kasagarang magdala kanato sa kasamok. Ang atong mga kinaiya nagpadayag sa ilang kaugalingon pinaagi sa atong mga lihok ug sa atong mga pulong.

Usaha yang usa ka kapakyasan sa usa ka bahin sa imong kinabuhi usa lamang ka sintomas sa mas lawom nga problema. Kini nga tsart naghatag og pipila ka mga pananglitan kung giunsa ang mga problema sa Makita sa ibabaw kanunay nga gipainabo sa mga kinaiya sa sulod. Kung gusto nimo nga mawala ang problema, kinahanglan usab nga usbon ang kinaiya (hinungdan sa problema). Ang ubang mga problema dili mabuntog hangtud nga unahon nimo pag-atubang ang ugat sa problema. Kini nga tsart nagsubay sa mga problema hangtud sa kung unsa ang hinungdan.

Ang Tsart sa Problema

<p>Mga problema sa ibabaw</p> <p>Makita sa uban kini nga mga problema</p>	<p>(Mga pananglitan)</p> <p>Panag-lalis Panag-away Pagsaway Droga Pagpanigarilyo</p>	<p>(Mga pananglitan)</p> <p>Pagpangawat Pagpamakak Pagka hakog Pagpanunglo Pag-inom</p>	<p>(Mga pananglitan)</p> <p>Sala nga pakighilawas Pagkaibog Homoseksuwalidad Pagka-tumboy Pagpanapaw Insesto</p>
<p>Mga hinungdan sa ibabaw</p> <p>Sa sulod nga mga kinaiya</p>	<p>(Mga pananglitan)</p> <p>Rebelyon Walay pagsalig Pagka-ubos (pagbati nga dili importante)</p>	<p>(Mga pananglitan)</p> <p>Kahadlok Kabalaka Kawalay kasigurohan Garbo</p>	<p>(Mga pananglitan)</p> <p>Kapakyasan Pagkakulbaan Pagkasad-an Kaulaw</p>
<p>Mga ugat nga problema</p> <p>Panguna nga mga panagbangi sa personalidad</p> <p>Hebreo 12:15-17</p>	<p>Kapaitan</p> <p>(Kasuko o pagdumot)</p>	<p>Matterialistik nga mga Bili</p> <p>(Pagbutang sa imong mga bili sa mga butang nga mahimong kuhaon o mawala)</p>	<p>Imoralidad</p> <p>(Sala nga pakighilawas)</p>
<p>Mga ugat nga hinungdan</p> <p>Akong tubag sa Dios</p> <p>Isaias 53:6 Isaias 55:7</p>	<p>Ang pagbuhat sa mga butang sa akong paagi imbes sa pagbuhat sa mga butang sa paagi sa Dios.</p> <p>(Pagsukol ug pagsalikway sa tinguha ug gahum nga gihatag sa Dios sa pagtubag sa kinabuhi sa paagi nga gusto Niya para nako.)</p>		

Kini nga tsart gibase sa material nga gikuha gikan sa *Institute in Basic Life Principles* seminar nga notebook.

D. Mga sangputanan sa mga kapakyasan

Ang matag kapakyasan adunay mga sangputanan. Mahimong adunay positibo ug negatibo nga mga sangputanan kung mapakyas ka. Ang imong kapakyasan mahimong usa ka oportunidad sa pagtubo. Kung ang imong grupo mapildi sa usa ka duwa, kini makapadayag sa mga kahuyang sa imong grupo, ug mahimong usa ka kasinatian sa pagkat-on kon unsaon sa pagdula nga mas maayo sa sunod nga higayon.

Usa ka batan-ong inahan nga adik sa droga sa pila ka tuig napriso tungod kay nadakpan. Samtang naa sa prisohan, nakita niya sa katapusan ang pagkaguba nga gipahinabo sa iyang pagkinabuhi ug sa iyang mga anak. Mihimo siya og desisyon nga magbag-o, ug sa dihang gipagawas na siya sa prisohan miadto siya sa Tenn Challenge ug nakakat-on unsaon pagbuntog sa iyang pagkaadik uban sa tabang sa Ginoo.

Ang mga sangputanan sa kapakyasan dili parehas nga butang nga usa ka silot sa matag masupilon nga buhat. Kung mapakyas ka sa pagmaneho sa iong awto sa usa ka higayon, pwede kang mabangga sa karsada. Kana ang natural nga sangputanan sa imong kapakyasan. Ang silot moabut sa diha nga ang pulis momulta kanimo og 2,000 pesos alang sa reckless driving. Apan ang silot resulta kana sa imong kapakyasan. Ang 2,000 pesos nga multa dili alang sa pagpadagan siha sa karsada, ang multa alang sa walay pagtagad nga pag-drive. Giklaro sa mga balaod nga mahimong multahan ang mga badlungong driver. Busa napakyas gyud ang driver sa duha ka paagi. Napakyas siya sa hustong pagmaneho sa sakyanan. Sa samang higayon napakyas siya sa pagtuman sa balaod.

Dayag nga ang mga sangputanan sa kapakyasan magkalainlain. Sama sa atong nakita sa niaging kapitulo, adunay pipila ka mga kapakyasan nga dili sala u gang uban mga sala. Ang ubang mga kapakyasan adunay gamay ra kung adunay mga sangputanan. Ang uban moresulta sa kamatayon sa kaugalingon. Kung ang usa ka piloto sa usa ka iroplano mapakyas sa pagtugpa niini sa hustong paagi, gatusan ka mga tawo ang mahimong mamatay. Atong tan-awon ang pipila sa mga sangputanan nga resulta sa mga kapakyasan.

1. Ang sala mosangpot sa kamatayon

Sa atong nahisgutan, dili tanang kapakyasan sala. Apan, kon ang usa ka tawo makalapas sa usa sa mga balaod sa Dios, kana nga kapakyasan moresulta sa kamatayon. Giklaro kini sa Dios sa Roma 6:23 nga nag-ingon, **“Kay ang bayad sa pagpakasala mao ang kamatayon apan ang gasa sa Dios mao ang kinabuhing walay kataposan nga anaa kang Cristo Jesus nga atong Ginoo.”** (Maayong Balita Bbiblia) Kini nga bersikulo nagpatin-aw nga ang kamatayon mao ang sangputanan sa sala. Apan ang Dios mihatag og paagi sa paglikay niana nga sangputanan, pinaagi sa pagdawat sa gasa sa kaluwasan nga gitanyag ni Hesukristo. Ang tawo nga modumili sa pagdawat sa gasa sa Dios mogugol sa kaangturan sa impyerno nga kamatayon.

2. Pagkasad-an

Kong ang usa ka tawo mapakyas, ang pagkasad-an kasagaran mosunod. Kini ilabinang tinuod kon ang kapakyasan kay sala. Ang Balaang Espiritu mokonbik kanimo kon ikaw makasala, u gang Iyang konbiksyon kanunay nga mouyon sa kamatuoran sa Bibliya. Kung dili ka maminaw, mahimo nga dili ka makadungog Kaniya. Ayaw paghunahuna nga OK ra nga magpadayon sa pagbuhat sa mga kaliokan tungod lang kay wala ka mobati nga sad-an.

Ang Dios makigsulti kanimo pinaagi sa imong konsensiya, apan ang ubang mga tawo naglibog sa ilang kaugalingon nga mga ideya sa tingog sa Dios. Ang ubang mga tawo adunay “sobra, sensitibo nga konsensiya” ug mobati og sakong pagbasol sa pinakagamay nga mga kapakyasan. Kung ang usa ka langgam molupad atubangan sa ilang sakyanan, ug mamatay, sila mobati nga sad-an tungod niini nga aksidente. Kana nga sala dili gikan sa Dios.

3. Usa ka bagbati sa kahaw-ang

Daghang mga kapakyasan mao ang atong pagsulay sa pagpangita og kalipay o usa ka sayon nga solusyon sa usa ka lisud nga problema. Kong pillion nato nga ibaliwala ang dalan sa Dios, ug molakaw sa atong kaugalingong dalan, dili nato makaplagnan ang katagbawan nga gikan lang sa Ginoo. Kining dili klaro nga pagbati sa kahaw-ang mahimong mosangpot sa mga pagbati sa pagkawalay paglaum.

4. Disiplina

Usa sa sakit nga sangputanan sa kapakyasan mao ang disiplina o silot. Para sa gagmayng mga bata, kana mahimong magpasabot nga usa ka pagbunal tungod sa pagkapakyas sa pagsunod kang Mama ug Papa. Kadtong makalapas sa mga balaod mahimong dakpon sa pulisya ug ipadala sa prisohan.

Sa atung nahisgutan ganina, ginadisiplina kita sa Dios sadihang kita mapakyas. Siya nagdisiplina kanato tungod kay siya nahigugma kanato. (Tan-awa ang Hebreo 12:5-11.) Si haring David nakasala batok sa Dios ug sa ulahi miangkon nga siya nakasala. Gipasaylo siya sa Dios, apan gisilotan usab siya tungod sa iyang sala. Basaha ang 2 Samuel 12 aron makita ang mga sangputanan sa mga sala ni David ug ang silot sa iyang mga sala.

5. Dili maayo nga mga binuhatan

Kung magpadayon ka nga mapakyas sa parehas nga lugar matag karon ug unya, dali ka makaugmad og dili maayo nga batasan. Mahimong sayon ang pagpasaylo niana isip bahin sa imong personalidad. “Nasuko ko sama sa akong Papa. Kinahanglan mopadayun kini sa pamilya.” Ang mga pasangil dili makahimo sa dili maayo nga batasan nga mahimongn maayo. Kon mas magpadala ka nianang daotang bisyo mas maglisod ang kabag-ohan.

6. Mga adiksiyon

Ang dili maayo nga mga batasan mahimong importante kayo sa kinabuhi sa usa ka tawo nga kini mahimong usa ka adiksiyon. Niini nga punto ang tawo nagsalig sa kana nga kalihokan ang, droga, pagpanigarilyo, alcohol, sugal, o pagkaon, ug uban pa. Gipati nila nga napugos sa panginahanglan alang niana nga adiksiyon, Sa pagkatinuod, ang adiksiyon nagkontrol kanila.

Isakripisyo nila ang bisan unsa aron lang matagbaw ang ilang bisyo. Apan kon mas mosulay sila sa pagpangitag katagbawan, mas menos ang ilang masinati niini. Nasulod sila sa usa ka sapot sa kapakyasan nga dili na nila kaya makagawas. Dili tanang kapakyasan mosangpot sa adiksiyon nga kinaiya, apan daghang mga batan-on karon ang makasinati sa gahum sa adiksiyon nga morag dili makadaot sa una nilang pagsugod.

7. Mga handumanan ug kasakit sa nangagi

Ang mga handumanan sa nangaging mga kapakyasan mahimong usa ka dakong problema. Kung kini magpadayon sa pag-libog sa imong hunahuna, kini makapugong kanimo sa pagsulay sa pagbag-o sa imong paagi sa pagkinabuhi. “Nakasulay na ko ug kapakyasan sa makadaghang higayon kaniadto, busa nganong sulayan pa nako og usab? Sakit kayo nga mapakyas napod sa pag-usab.” Kung giunsa nimo pagdumala ang mga kapakyasan adunay daghang epekto sa nahabilin sa imong kinabuhi. Ang Dios makatabang kanimo sa pagpangita og kagawasan ug pagkaayo gikan niining mga kasakit ug mga panumduman. Usahay kini nga pagkaayo moabut dayon; sa ubang mga higayon nagkinahanglan kinig mainampingong tabang sa usa ka Kristohanong magtatabang.

8. Kasuko

Daghan sa mga sangputanan nga bag-o lang nalista ang moabut sa imong kinabuhi isip resulta sa kapakyasan, ug wala ka’y gahum sa paghunong niini. Apan ang kasuko usa ka sangputanan diin ikaw adunay gahum sa pagpili. Daghang mga tawo ang masuko kon sila mapakyas. Kini nga tubag sa kasuko duay na nga bahin sa ilang nangagi nga wala nila kini isipa nga usa ka pagpili, ilang nakita ang ilang kasuko isip usa ka normal nga tubag sa kapakyasan.

Ang kasuko mahimong ituon sa imong kaugalingon tungod sa pagkapakyas. O ang imong kasuko mahimong ituon sa ubang tawo nga mahimong bahin sa sitwasyon nga misangpot sa kapakyasan.

Gusto sa Dios nga Makita nimo ang imong mga pahpili mahimong adunay kusog nag epekto sa mga sangputanan sa usa ka kapakyasan. Kon moapil ka sa pagtubag uban ang kasuko, kana kasagaran makapasamot sa sitwasyon, sama sa paglabay sa gasoline ngadto sa kalayo.

9. Naguba nga mga relasyon

Ang diborsyo maoy kasagarang bahin sa kadaghanang kominudad, Diyutay ra kayo nga mga tawo ang nagminyong adunay katuyoan nga magdiborsyo sa pipila ka tuig, apan kini mahitabo kanunay. Adunay daghang lain-laing mga problema ug kapakyasan nga mosangpot sa pagkabungag sa kaminyoon.

Ang panaghigalaay mahimo usan nga maguba tungod sa kapakyasan sa usa. Usahay ang panaglalis, o usa ka pakyas nga saad.

10. Dugang mga kapakyasan

Tingali nakaplagan nimo ang imong kaugalingon sa tunga-tunga sa usa ka problema, u gang usa ka kapakyasan mosangpot og pag-ong kapakyasan. Sa imong pagsulay sa pag-ayo sa usa, makahimo ka og mas dako nga problema. Sama sa estudyante nga napakyas sa pagkompleto sa usa ka buluhaton sa klase sa tukmang oras, unya mamakak siya aron sa pagsulay sa pagtabon sa tinuod nga rason sa iyang kapakyasan sa pagbuhat niini sa tukmang panahon.

Usahay makaplagan sa mga Kristohanon ang ilang mga kaugalingon sa tunga-tunga sa usa ka kapakyasan ug unya moingon, “Unsay kapuslanan, ako napakyas sa kamausa, mao nga maayo pa nga ako mopadayon ug mobuhat pa niini.” Ang batan-onng lalaki kinsa napakyas pinaagi sa pagtan-aw og pornograpiya miingon, “Bueno, maayo pa nga buhaton ko kini, ug dayon mangayo ako sa Dios og pasaylo.” Mao nga sa sunod nga duha ka semana nagpadayon siya sa kana nga binuhatan.

Ang tinuod nga kapeligrohan niini nga paagi sa panghunahuna mao nga kini napakyas sa pag-atubang sa kamatuoran nga ang kapakyasan hiningdan sa dugang mga kadaot, ug sa mas dugay nga magpundo ka sa ing-ana nga kinaiya, ang dugang nga kadaot nga mahitabo sa imong kinabuhi.

Sa sunod nga kapitulo atong tan-awon ang mga lakang nga atong mahimo aron masugdan ang pagkaayo dikan sa kapakysan. Sama nga kita mopili nga mapakyas, ug kita usab makapili sa pagbawi. Kanunay kitang magkinahanglan og tabang sa Dios aron makat-on sa mga leksyon nga gusto Niya nga atong makat-unan dikan sa matag kapakyasan. Tingali kinahanglan usab nato ang tabang sa ubang mga tawo niini nga proseso.

Kapitulo 2

Unang mga lakang sa pagkaayo gikan sa kapakyasan

Kadaghanan kanato dili ganahan nga mapakyas. Gusto nato nga magmalampuson. Gusto natong ipasigarbo ang atong kaugalingon. Apan walay tawo nga perpekto. Mao nga dili kinahanglan nga mabug-atan ta sa matag higayon nga mapakyas ta. Malipay ang Ginoo kung imong buhaton ang labing maayo. Gihigugma ka niya bisan kung wala nimo mahimo ang imong pinaka maayo nga buhat. Gihigugma ka usab niya pag-ayo aron tugutan ka nga magpabilin nga parehas nimo karon.

Tungod kay kitang tanan masayop sa atong inadlaw-adlaw nga pagkinabuhi, kinahanglan natong pangitaon ang mga paagi sa paglambo niining mga kapakyasan. Atong tan-awon pag-ayo kon sa unsang paagi kita motubo isip resulta sa atong mga kapakyasan.

Pagbawi: Ang mga lakang nga gihimo sa usa aron maulian gikan sa ilang kapakyasan. Ang pagkaayo na-apil usab sa pagkat-on kon unsa nga mga lakang ang pagabuhaton aron dili ka na makahimo pag-usab sa samang kapakyasan.

Sa tibuok niini nga kurso atong tan-awon ang lain-laing mga lakang nga imong mahimo sa pag-atubang sa kapakyasan. Duha ka pulong nga kanunay natong gamiton mao ang “pagbawi” ug “pagbalik”. Kung gamiton nato ang “pagbawi” nagpasabut nga ang mga lakang nga gihimo sa usa aron makabangon gikan sa ilang kapakyasan.

Ang pagkaayo lahi kaayo depende sa matang sa kapakyasan nga imong nasinati. Kung mapakyas ka sa paggunit sa libro nga imong gidala, ug kini mahulog sa salog, ang “pagbawi” magamit lang sa pagkuha sa libro nga imong nahulog ug nagpadayon sa imong paglakaw.

Apang ang imong kapakyasan na-apil sa paglapas sa usa ka mga balaod sa Dios, ang pagkaayo usa ka lab inga seryoso nga isyu. Kung ang usa ka tawo mangawat ug sakyanan, ug sa proseso makabangga siya og laing tawo, ang mga sangpotanan niini nga kapakyasan mag mo grabe. Ang pagbawi gikan niini nga kapakyasan lahi kaayo kaysa sa paghulog sa usa ka libro. Sa pagkatinuod, kon kining tawhana molakaw lang gikan sa aksidente, siya makkahimog laing krimen—ang pagbiya sa dapit sa aksidente.

Kung gamiton nato ang termino nga “pagbawi” niini nga kurso atung iapil ang tanan nga kinahanglan nga mga lakang nga kinahanglan buhaton aron maatubang ang mga sangputanan sa usa ka kapakyasan. Mahimong ma-apil diri ang espirituhang sangputanan—diin ang pagsugid sa sala usa ka lakang. Mahimong ma-apil kin isa usa ka relasyon sa laing tawo nga nasakitan sa nahimong kapakyasan.

Ang pagkaayo dili lamang pag-atubang sa kadaot nga nahitabo tungod sa kapakyasan—na-apil usab kin isa pagbag-o sa paagi sa imong pagkinabuhi aron dili nimo mahimo ang parehas nga kapakyasan pag-usab sa sunod nga mga semana. Ang kapakysan sa imong kinabuhi mahimong magpakita sa panginahanglan sa dagkong kausaban sa imong kinabuhi. Mahimong labaw pa kin isa imong mahimo sa imong kaugalingon—tingali kinahanglan nimo ang tabang sa ubang tawo aron mahimo kini nga mga pagbag-o. Ug sa ubang mga kaso, kinahanglan nimo ang tabang sa Ginoo aron mahimo ang mga kinahanglang pag-ohon sa imong kinabuhi.

Ang pagkaayo sa pipila ka mga kaso dili lang pagbalik sa lugar kung diin ka kaniadto napakyas. Na-apil kin isa pagtubo sa usa ka hingpit nga laing lugar. Kini nga matang sa radikal nga pagkaayo na-apil sa pagbag-o pinaagi sa gahum sa Dios aron mahimong usa ka masinugtanong sumusunod ni Hesus. Kini nga matang sa radikal nga pagkaayo dili kinahanglan kung imo bang nahulog ang usa ka libro nga imong dala. Apan tingali kini lamang ang matang sa tinuod nga pagkaayo nga makatabang gayod kanimo kon ang imong kapakysan na-apil ang sala.

Kung maghisgot kita bahinsa pagkaayo dili lamang kita naghigot bahin sap ag-ayo sa tong naguba, apan sa pagbawi usan sa atong husto nga relasyon diha kang Hesus.

Ang laing isyu nga atong tun-an mao ang “pagbalik” ug pinaagi niini maghisgot kita mahitungod sa umaabot nga mga kapakyasan. Ang proseso sa pagkaayo usahay lubak, adunay pag-ubos ug pag-taas. Sa ika-upat nga Kapitulo atong tan-awon pag-ayo kung unsa ang hinungdan nga mapakyas pag-usab human makabangon gikan sa nangaging mga kapakyasan.

A. Komon nga mga paagi sa pagtubag sa kapakyasan

Adunay daghang lain-lain nga mga paagi sa pagtubag sa mga kapakyasan. Samtang nagbasa ka sa mosunod nga mga naka-lista, sulayi paghunahuna ang usa o duha ka mga ehemplo kung giunsa nimo o sa ubang tawo pag-gamit kini nga mga pamaagi sa pagtubag sa kapakysan.

1. Isalikway kadtong mga problema nga mabaw lamang

“Mohunong na ko sa pagtawag nimo og ‘tanga’,” ingon ni John. Kana usa ka lakang sa husto nga direksyon. Apan kung si John aduna gihapoy usa ka kinaiya nga walay pagtahud ngadto sa laing tawo, siya mangita og laing mga paagi sa pagpakigsulti sa iyang Batasan nga walay pagtahud. Kon gibati ni John nga OK ra ang iyang kinaiya ngadto sa laing tawo, napakyas siya sa pagsabot sa panglantaw sa Dios sa pagtahod sa uban.

Ang pag-atubang lamang sa mga problema nga mabaw lamang dili magdala ug permanenting pagtubo. Kinahanglan nga mas lawom pa kaysa sa sulud nga problema kung gusto nimo nga masinati ang kalampanan.

2. Pugngi kini

Kini nga paagi sa pag-atubang sa mga kapakyasan sa usa ka tawo susama sa pagsulay sa pagkua sa usa ka iceberg (o usa ka ice cube) pinaagi sa ilawom sa tubig. Anaa gihapon ang problema, ug gikinahanglan ang daghang kusog aron mapadayon kini. Sa madugay o sa madali, ang mga pressure motubo hangtod sa punto nga ang parehas nga problema o ang lain nga problema motungha pag-usab. Mas maayo tingali nga moingon, mobuto na usab ang problema.

3. Ayaw pagtago'g bisan unsa

Ang ubang mga tawo nag-atubang sa ilang mga kapakysan pinaagi sa kanunay nga paghisgot bahin niini. Adunay panahon ug dapit sap ag-atubang sa mga problema sa usa ka tawo, apan dili tanang problema kinahanglan hisgotan sa publiko. Ang tawo nga kanunay nga making-away o maglalis moingon, “Aw, mao kana ang akong gibati sa sulod. Nganong itago man nako akong gibati?”

4. Palayo sa problema

Ang ubang mga tawo nahadlok nga atubangon ang ilang mga problema. Gitugotan nila kini nga kahadlok nga mokontrol sa ilang kinabuhi. Dili sila magpabilin ug mag-atubang sa mga sangputanan sa ilang mga kapakyasan, apan sila kanunay nga nagdagan. Daghang bag-ong mga Kristohanon ang migamit niini nga paagi sa pagtubag sa kapakyasan saw ala pa sila mahimong Kristohanon.

5. Ibaliwala ang problema

Nakasinati ka na bao g problema, apan gipili nimo nga kini oballewala, naglaum nga tingali kini mawala? Kini nga pamaagi dili kanunay magmalampuson. Mahimo nimong itandi kini nga pamaagi sa piloto sa usa ka barko nga nakakita sa usa ka dako nga yelo sa unahan, apan nakahukom nga kini sobra nga trabaho aron usbon ang ilang dalan nga agi-an. Kung ikaw usa ka pasahero sa maong barko masuko ka sa iyang kabuang sa pagtuo nga kung dili niya tagdon ang dako nga yelo mawala kini. Ang tawo nga wala magtagad sa iyang mga kapakyasan, kasagaran nagpadayon sa iyang mga kapakyasan.

6. Paghimo og mga pasangil ug pagtarong sa problema

Usahay sayon ang paghimo og mga pasangil alang sa imong mga pronlema ug pillion nga dili dawaton ang responsibilidad. Ang tawo nga mopili niini nga paagi sa pagdumala sa iyang mga kapakysan kasagarang maayo nga trabaho sa pagpangatarungan sa iyang mga sayop. Kanunay siyang adunay maayong pasangil kung nganong dili siya makatabang nga mapakyas. “Aw, walay tawo nga perpekto,” maoy laing komon nga tubag gikan niini nga tawo.

Kung kini nga tawo adunay adiksiyon, mahimo'g kinahanglan alang sa pamilya ug mga minahal sa kinabuhi nga maghimo usa ka interbensyon aron madala kini nga tawo sa usa ka lugar sa pagbag-o.

7. Pagtubag sa kapakyasan sa paagi sa Dios

Ang Bibliya puno sa praktikal nga tambag ug daghang pananglitan kon unsa ang hustong paagi sa pagtubag sa mga kapakyasan. Sa nabihilin niini nga kurso atong tun-an ang pipila ka mga prinsipyo sa Bibliya kon unsaon pagtubag sa kapakyasan. Atong tan-awon usab kon sa unsang paagi ang Dios makatabang kanato nga motubo pinaagi sa mga kasinatian sa kapakyasan.

Kasagaran ang paagi sa Dios sa pag-atubang sa atong mga problema mao ang pagsugod sa ilawom sa “iceberg,” nga naghisgot sa ugat nga mga hinungdan. Sa dihang atong maestablisar ang atong relasyon sa Dios ug magsugod sa pagkinabuhi sa Iyang paagi, ang atong mga problema magsugod sa pagkagamay ug sa dili madugay mahanaw. Samtang imong putlon ang ilawom sa iceberg, ang tumoy magsugod usab sa pagkaunlod.

B. Unsa akong buhaton kung mapakyas ko?

Ang pagdesisyon kon unsaon pagtubag human ka mapakyas adunay dakong epekto kon kini nga kapakyasan mahimong positibo o megatibo sa imong kinabuhi. Ang imong tubag makapaduol kanimo sa pagtubo ug pagkahamtong o kini magdala kanimo sa mas lawom nga mga problema.

Sa pag-ila sa imong tubag sa kapakyasan, makatabang nga tagdon una kung unsa nga matang sa kapakyasan ang atong gihisgutan. Sa unang kapitulo, atong gibahin ang mga kapakyasan ngadto sat ulo ka mga kategoriya: (1) kapakyasan nga dili sala, (2) kapakyasan nga sala, ug (3) kapakyasan nga mosangpot sa sala.

Samtang atong tan-awon kon unsaon pagtubag sa kapakyasan, kini nga kapitulo mag-apil niadtong mga kapakyasan nga adunay negatibo nga mga sangputanan ng ana-apil niini—ilabi na ang mga kapakyasan nga sala. Ang uban niini nga mga punto adunay kalabutan sa bisan unsang kapakyasan, ang uban magamit lamang sa mga kapakyasan nga sala.

Unsa akong buhaton kung mapakyas ko?

1. Moangkon ko nga nasayop ko
2. Kinahanglan kong mangayo sa Dios og pasaylo
3. Kinahanglan nakong pasayloon ang akong kaugalingon
4. Kinahanglan kng mohimo ug desisyon sa paghunong sa pagpakasala
5. Pag-pangayo og pasaylo niadtong nasakitan
6. Pangitaa ang hinungdan sa kapakyasan
7. Pag-pangita sa paagi sa Dios gikan sa akong kapakyasan
8. Pasultihon ang uban bahin sa akong mga problema
9. Padayon sa pagtubo!

1. Moangkon ko nga nasayop ko

Lisod kaayo ang pag-ingon, “Nasayop ko,” ug buhaton ni Satanas ang tanan niyang makaya aron mapugngan ka sa pagbuhat niini. Kinahanglang dili nimo ipangatarungan ang problema ug maghimo usa ka pasangil alang niini. Sa 1 Corinto 10:13, ang Dios nag-ingon nga Siya naghatag kanato sa kusog nga atong gikinahanglan sa pagbatok ug pag-ikyasa sa mga tentasyon. Kung mapakyas ka sa Dios, dili nimo mabasol ang bisan kinsa gawas sa imong kaugalingon.

Kung giangkon nimo sa imong kaugalingon nga napakyas ka, wala kini magpasabot nga ikaw usa ka hingpit nga kapakyasan. Kinahanglan nimong tan-awon ang kapakyasan sa hustong panglantaw. Ayaw kini himoa nga mas gamay kaysa kin isa mga mata sa Dios. Apana yaw ibutang ang usa ka gamay nga sayup nga usa ka dakong katalagman. Dili maguba ang imong tibuk kinabuhi kung imong nasunog ang toast sa pamahaw.

Kon mapildi ka sa dula, sultihi ang ubang mga magdudula, “Napildi mi, pero nalingaw gihapon ko sa pagdula uban nimo.”

Iha kon ang kapakyasan usa ka sala. Kung kini usa ka sala, kinahanglan nimo nga isugid kin isa Dios. Pag-angkon dayon sa imong kaugalingon, “Napakyas ko, pero gusto gihapon nako nga magpuyo uban sa kalinaw sa Dios sa akong kasingkasing.”

2. Kinahanglan kong mangayo sa Dios og pasaylo

Kinahanglang molapas ka sa pag-angkon nga nasayop ka. Sultihi ang Dios nga ikaw misupak Kaniya ug hangyoa Siya sa pagpasaylo kanimo. Kini kinahanglan nga labaw pa sa mga pulong, kinahanglan gayud nga tinud-anay ang imong pag-sulti.

Santiago 4:8-10 Maayong Balita Biblia

Duol kamo sa Dios ug moduol siya kaninyo. Paghinulsol kamo, mga makasasala! Hinloi ang inyong kasingkasing, mga tigpakaaron-ingnon! ⁽⁹⁾ Pangaguol kamo, pagsubo ug paghilak; ilisi ang inyong katawa sa hilak ug ang hudyaka sa kasubo! ⁽¹⁰⁾ Pagpaubos kamo sa atubangan sa Ginoo ug bayawon kamo niya.

Sa diha nga ikaw makaamgo nga ikaw nakasala batok sa Dios, ikaw kinahanglan nga modulo Kaniya ug mokumpisal sa imong kapakyasan. Dili kinahanglan nga maghulat ka ug usa ka oras, usa ka adlaw, o hangtod sa sunod nga Domingo aron isugid ang imong mga sala ngadto Kaniya. Ang Dios misaad nga Siya mopasaylo kanimo kon ikaw sinsero sa pagpangayo Kaniya sa pagpasaylo kanimo.

3. Kinahanglan nakong pasayloon ang akong kaugalingon

Hunonga ang pagkodenar sa imong kaugalingon. Sayon ra kaayo alang sa pipila kanato ang pagpildi sa atong kaugalingon. “Ako usa ka kapakyasan.” “Nganong tanga man ko?” Kining tanan nga mga pag-atake batok sa imong kaugalingon dili makasulbad sa problema. Kini nga mga pag-atake mahimong dili lamang gikan sa imong kaugalingon, apan gikan sa uabn sa imong palibot. Si Satanas usab magdala og mga hunahuna sa pagkodenar sa imong hunahuna aron sa pagsulay sa pagpaluya kanimo ug sa pagpugong kanimo sa paghimo niini nga kapakyasan nga usa ka oportunidad sa pagtubo.

Tan-awa ang kapakyasan gikan sa panan-aw sa Dios. Dawata nga napakyas ka—ayaw ibaliwala kini. Hatagi ang imong kaugalingon og pagtugot nga dili mahimong perpekto. Imbis nga bunalan ang imong kaugalingon, i-pukos ang imong atensyon sa kung unsa ang gusto sa Dios nga imong buhaton sa pagtubag sa kini nga kapakyasan.

Sulayi nga makita sa tukma ang imong kapakyasan. Ayaw palabi ang epekto niini sa imong kinabuhi. Apan sa laing bahin, ayaw usab kini ibaliwala. Ang pagpasaylo sa imong kaugalingon nagpasabot sa pagtubo. Dili ka mounding. Ang imong kinabuhi takus nga mabuhi sa kinatibuk-an niini.

Kung ang Dios nagpasaylo kanimo, kinahanglan nimong pasayloon ang imong kaugalingon. Kinahanglan nimong tan-awon ang imong kaugalingon sa paagi sa pagtan-aw sa Dios kanimo—usa ka tawo nga adunay paglaum, usa ka tawo nga adunay potensyal.

4. Kinahanglan kng mohimo ug desisyon sa paghunong sa pagpakasala

Kung isugid nimo ang imong kapakyasan sa Dios, importante nga usbon nimo ang imong kinaiya mahitungod sa problema. Kinahanglan ka nga maghimo og usa ka desisyon sa paghunong sa pagbuhat sa kung unsa ang sala.

2 Cronicas 7:14 Maayong Balita Biblia

“ug kon ang katawhan nga akong tinawag modangop kanako sa dakong pagpaubos ug mobiya sa ilang sala, patalinghogan ko gayod sila ug pasayloon sa ilang mga sala ug ibalik ko ang kadagaya sa ilang nasod.”

Ang ubang tawo nagpadayon sa pagsupak sa Dios, nga nagbalikbalik sa samang butang. Wala gani sila mosulay sa paghunong sa pagpakasala. Kini nagpakita nga ang tawo wala makasabut sa tinuod nga paghinulsol. Ang paghinulsol apil sa pagkumpisal sa imong sala, ug paghimo og desisyon sa pagtalikod niana nga sala. Maghimo ka og usa ka desisyon nga magsugod sa pagbuhat kung unsa ang gusto sa Dios nga imong buhaton.

Nagpasabot ba kini nga dili ka na mapakyas pag-usab niining bahina sa imong kinabuhi? Dili. Sa pagkatinuod, ayaw sultihi ang Dios nga, “Nagasaad ako nga dili na nako kini buhaton pag-usab.” Imong gibutang ang imong kaugalingon alang sa kapakyasan ug si Satanas magdala sa tanang matang sa pagkasad-an ug pagkondenar kanimo sa sunod higayon nga ikaw makapyas. Imbis nga i-pukos ang imong atensyon sa kapakyasan, ibutang ang imong hunahuna sa pagbuhat kung unsa ang husto. Paghunahuna mahitungod sa pagsunod sa Dios ug pagpili sa pagbuhat kon unsa ang matarung. Sa dihang dili kana maghunahuna sa makasasalang kapakyasan, mas gamay ang tentasyon kanimo.

Ang pagtubo pinaagi sa kapakyasan nagpasabut nga kinahanglan nimo ang responsibilidad sa pagdisiplina sa imong gihunahuna nga kinabuhi.

Filipos 4:8-9 Maayong Balita Biblia

Sa kataposan, mga igsoon, pun-a ang inyong hunahuna sa mga butang nga maayo ug angayng daygon, sa mga butang nga matuod, ligdong, matarong, putli, matahom ug halangdon. Ipakita sa buhat ang inyong nakat-onan, nadawat, nadungog ug nakita diri kanako. Ug ang Dios nga naghatag kanato sa kalinaw mag-uban kaninyo.

5. Pag-pangayo og pasaylo niadtong nasakitan

Usahay ang imong kapakyasan naglambigit sa ubang mga tawo, ug ang imong mga aksyon nakapasakit kanila. Kinahanglan ka nga mag-ampo ug mangayo sa Dios nga tabangan ka sa pag-ila kung kinahanglan ba nimo nga makigsulti sa tawo bahin niini nga kahimtang. Kung klaro nga nasakitan sila, ang husto nga butang nga moadto ug moangkon nga nasayup ka ug hangyoa sila nga pasayloon ka.

Bisan pa, kung wala sila nahibalo sa imong kapakyasan, sa daghang mga higayon dili kinahanglan nga makigsulti kanila bahin sa imong kapakyasan. Pananglitan, kung ang usa ka lalaki adunay malaw-ay nga panghunahuna bahin sa usa ka babaye, dili maayo nga buhaton ang pag-adto ug isugid kin isa kana nga tawo ug mangayo kaniya og pasaylo. Sa pagbuntog niini nga problema, ang lalaki kinahanglang magayo ug diyosnong tambag gikan sa usa ka higala o magtutudlo nga makatabang kaniya sa pag-ila sa mga lakang sap ag-uswag aron mmasulbad kini nga problema.

Ang laing bahin sa proseso sa pagpasaylo mao ang pag-uli sa imong gikawat o giguba. Atong hisgotan sa mas detalyado nga pagtan-aw kini nga isyu sa pagpasaylo ug pag-uli sa ulahi niini nga kapitulo.

6. Pangitaa ang hinungdan sa kapakyasan

Pangutan-a ang imong kaugalingon, “Nganong napakyas ko?” Tingali dili nimo klaro nga masabtan kung nganong napakyas ka. Pag-ampo ug pangayo sa Dios nga tabangan ka nga masabtan ang hinungdan. Daghang mga higayon ng akita naningkamot sa pagpuyo sa Kristohanong kinabuhi sa atong kaugalingong kusog imbes nga magsalig sa kusog nga gusto sa Dios nga ihatag kanato. Sayon nga masayop sa paghunahuna, “Karo nga ako usa ka Kristohanon, ako magmalampuson.” Naghimo ang Dios og paagi para mabuntog nato ang mga kapakyasan.

Filipos 4:13 New Maayong Balita Biblia

May kalig-on ako sa pagsagubang sa tanan tungod sa gahom nga gihatag kanako ni Cristo.

Wala kay gahom sa pagbuhat sa tanan nimong gusting buhaton, kadto lang mga butang nga itugot sa Dios nga imong buhaton. Mahimong adunay mga panahon nga gitugotan ka sa Dios nga mapakyas, tungod kay gusto Niya nga makat-on ka nga dili nimo mahimo kin isa kinabuhi sa imong kaugalingon nga kusog. Hangtud nga ikaw makakat-on unsaon sa pagsalig Kaniya, ikaw magpadayon sa pagkapakyas.

Usahay mapakyas kita tungod kay gitugotan nato ang atong tawhanong mga tinguha nga mokontrol ug kini sagad mosangpot sa pagpakkasala. Tan-awa ang Santiago 1:13-15. Usahay makasala kita tungod kay dili kita gusto nga buhaton kung unsa ang gusto sa Dios nga atong buhaton. Hinuon atong buhaton ang atong gihunahuna nga labing maayo.

Kung makit-an nimo ang hinungdan sa imong kapakyasan, buhata kini! Hangyoa ang Dios nga tabangan ka sa pagpangita og sulosyon sa problema aron dili ka magsige og kapakyas.

7. Pag-pangita sa paagi sa Dios gikan sa akong kapakyasan

Walay kapakyasan nga komplikado kaayo alang sa Dios. Kanunay ka Niyang tabangan sa pagpangita og paagi sa imong kapakyasan. Tingali dili kini sayon. Apan ang Iyang paagi molihok. Ang Bibliya puno sa praktikal nga tambag ug mga panig-ingnan sa mga tawo nga nakakaplag ug dalan sa Dios gikan sa ilang mga kapakyasan. Dili nimo mabalik ug papason ang imong mga sayop. Padayon sa unahan. Hinumdomi, dili Siya motalikod kanimo.

Usahay ang mga Kristohanon sobra ka espirital sa ilang mga kapakyasan. Ang matag kapakyasan makita nga “Gikuha ko ang akong mga mata gikan kang Hesus.” Kung mapakyas ka nga makapasar sa imong pasulit sa eskwelahan, ang tinuod nga hinungdan mahimo nga napakyas ka sa igong pagtuon, o gitun-an nimo ang sayup nga materyal. Ang pag-ampo dili mopuli sa pagtuon og maayo alang sa usa ka pasulit sa eskwelahan. Adunay panahon sap ag-ampo, ug unya adunay panahon sap ag-trabaho. Ang ubang mga kapakyasan maoy resulta sa pagkatapolan, dili “pag-atake ni Satanas.”

8. Pasultihon ang uban bahin sa akong mga problema

Daghan kanato walay problema sa paghimo og listahan sa atong mga kapakyasan. Apan usahay ang uban makakita sa atong mga problema nga mas maayo kay sa atong mahimo. Tawga kini nga imong “blind spots.” Paghimo og desisyon nga maminaw og maayo kon ang usa ka higala o sakop sa pamilya modulo kanimo ug moingon, “May problema ka sa . . .” Kung tubagon nimo ang usa ka mahait nga pagsaway o sultihan sila nga hunahunaon ang ilang kaugalingon, gipasakitan nimo ang imong kaugalingon.

Lucas 18:18-30 naghisgot bahin sa usa ka dato nga batan-ong magmamando nga miduol kang Hesus nga nangayo og tabang. Gusto niya mahibaluan kung makaadto ba siya sa langit kon siya mamatay na. Si Hesus nangotana kong ginasubay ba niya ang balaod sa Dios. Ang lalaki mitubag “Oo.” Unya gisultihan siya ni Hesus kon unsa ang iyang problema. Ang iyang “blind spot” mao ang iyang kuwarta. Gisultihan siya ni Hesus nga ibaligya ang tanan nga iyang nabatonan, ihatag kin isa mga kabus, ug unya duol ug sunod Kaniya. Mibiya ang lalaki nga magul-anon ang kasingkasing—apan karon nahibalo na siya kon unsay iyang problema.

Kung tugotan nimo ang uban sa pagtul-id kanimo, pag-pangandam. Kung dili sila mamatay sa kakurat, mabuhi sila aron respetuhon ka ug mahimo pa gani nga makahimo og mas suod nga panaghigalaay. Ayaw itugot nga ang imong garbo makapugong kanimo sa pagpaminaw sa isulti sa uban. Mahimong sayup sila, apan tingali gigamit sa Dios kini nga tawo aron itudlo kanimo ang kamatuoran. Walay namatay sa pagpamati sa kamatuoran. Kon tinuod man ang ilang gisulti, kanunay kining gipamatud-an sa Dios sa imong kasingkasing. Mahimo nimong pangutan-on ang laing higala kon nakaobserba ba sila sa samang problema sa imong kinabuhi.

Daghang mga tawo ang napakyas sa pagbuhat sa usa ka hingpit kanimo kung unsa ang imong mga problema. “Palihug buhata kini uban ang kalumo,” iingon kana sa imong kaugalingon. Kung maghulat ka sa hingpit nga motabang kanimo, lagmit mamatay ka sa paghulat. Kung gusto nimo nga magmalampuson hangyoon nimo ang mga tawo nga isulti kanimo kung unsang mga problema ang ilang Nakita sa imong kinabuhi. Ayaw katingala kung gisulayan ka nila una. Mahimo nilang ihulagway ang usa ka gamay nga kahuyang sa

imong kinabuhi aron lang makita kung unsa ang imong tubag. Kon imong dawaton ang ilang pagtul-id uban sa dayag nga paagi ug dili masuko, sila mahimong mosulti kanimo ug dugang pa.

Ang pag-angkon nga ikaw adunay pipila ka mga blind spot nagkinahanglan og kaisug. Hangyoha ang Dios sa pagtabang kanimo sa pagpaminaw sa unsay Iyang gisulti kanimo pinaagi sa pagsaway sa uban.

9. Padayon sa pagtubo!

Ang labing maayo nga paagi sa pagpildi sa kapakyasan mao ang pagpadayon sa pagtubo. Kung nakakat-on ka gikan sa imong mga kasaypanan, naa kka sa dalan nga mahimong malampuson nga tawo. Ayaw itugot nga ang yawa makapaluya kanimo. Hinumdumi ang saad sa Filipos 1:6—Ang Dios mohatag kanimo sa kusog nga imong gikinahanglan sap ag-atubang sa matag problema sa imong kinabuhi.

C. Mangayo og pasaylo

Atong tan-awon pag-ayo ang duha ka isyu nga adunay importanteng bahin sa atong tubag sa kapakyasan—pagpasaylo ug pag-uli.

Tingali ang usa sa pinakalisud nga buhaton sa kinabuhi mao ang pag-adto sa laing tawo ug hangyoan siya nga pasayloon ka human nimo nabuhat ang sayup nga butang. Usa ka importanteng lakang aron maulian gikan sa kapakyasan mao ang pagpangayo og pasaylo sa tawo nga imong nasakitan.

Buhaton ni Satanas ang tanan sa iyang gahum aron mapugngan ka nga mapasig-uli ang imong relasyon sa tawo nga naapektuhan sa imong kapakyasan. Siya mosulay sa pagpatuo kanimo nga ang aing tawo adunay problema. Mohangyo siya sa imong garbo, “Kung moangkon ka niining tawhana nga nasayop ka, iya gayud kang ipaubos ug himuon ka niyang buang.”

Kung gusto nimong maulian gikan sa imong kapakyasan ug matagamtam ang kalinaw sa Dios, ang usa ka lakang mao ang pagpangayo og pasaylo sa mga naapektuhan sa imong kapakyasan. Ang Dios mohatag kanimo og kusog ug kaalam sa pagbuhat niini, apan dili Niya kini buhaton alang kanimo. Ayaw pagpangayo og milagro sa Dios aron dili nimo kinahanglan nga isugid kung unsa ang imong nabuhat nga sayup ug mangayo sa ilang kapasayloan.

1. Bago ko mangayo og pasaylo

Nakakita ba ka sukad og usa ka inahan nga misulti sa iyang anak sap ag-ingon, “Pasayloa ko,” human siya makabuhat og dautan ngadto sa laing bata? Tingali ang bata mihunghong sa mga pulong, nga tin-aw nga nagpakita nga kini dili gikan sa iyang kasingkasing. Ang Dios wala mangita kanato aron makasulti og mga pulong, nga dili tinuod ang atung gisulti.

Kinahanglan nimong buhaton ang tulo ka butang sa dili pa nimo ikumpisala ng imong nabuhat nga sayup ug mangayo og pasaylo.

a. Dawata sa imong kaugalingon ug sa Dios nga ikaw nasayop

Kinahanglang motuo ka nga sayop gyud ang imong gibuhat. Kung dili ka sigurado kung nakahimo ka og sayup, unya hunahunaa sa pagkakaran nga nasayop ka. Sultihang Dios sa imong gibuhat. Ayaw pagsulay sa pagkamatarong sa imong kaugalingon o paghimo og mga pasangil. Kung dili ka motuo nga sayup ang imong gibuhat, tingali husto ka. Apan kung ang laing tawo nasakitan sa imong gibuhat, kinahanglan nimo nga tinguhaon nga mapasig-uli ang relasyon. Mas importante kana kay sa pagpamatuod nga husto ka. Sa pagkatinuod, kon husto ka, ang Dios nahibalo niana. Apan kun nasayop ka, naghulat Siyan ga imong dawaton kana ngadto Kaniya.

Si Haring David sa Daang Tugon nakasala batok sa Dios ug unya misulay sa pagtabon sa iyang nabuhat. Morag malampuson ang iyang plano, hangtod sa paglabay sa pipila ka bulan si propeta Natan miabot ug giyagyag ang iyang sala. Diha-diha dayon ang tuabg ni David, “Nakasala ako batok sa Ginoo,” miingon si David. Mitubag si Natan “Gipasaylo ka sa Ginoo; dili ka mamatay.” (2 Samuel 12:13)

b. Hibalo-i nga klaro kung unsa ang akong nabuhat nga sayup

Tingali nakakita ka og usa nga nangayo og pasaylo sa usa ka butang diin ilang gituis ang tinuod nga problema. “Pasayloa ko nga nasakitan ka sa akong pagkamatitud-anon,” miingon si Maria. Apan kahibalo mo nga ang tinuod nga problema kay grabeng gisaway ni Maria ang tawo atubangan sa publiko.

Sa dili ka pa moadto sa laing tawo aron mangayo og pasaylo, siguroha nga ikaw miuyon sa Dios sa imong nabuhat nga sayop. Wala kini magpasabot nga kinahanglan nimong ihulagway nga detalyado ang imong nabuhat nga sayop. Apan kinahanglan nimong masabtan nga ang imong kakulang sa pagtahud, imong pagsaway, imong kasuko, imong kaibog, o imong garbo mao ang labing ubos sa imong kapakyasan. Pagmatitud-anon sa imong kaugalingon.

c. Pagplano kon unsay akong isulti kon makigsulti ko niining tawhana

Ang istorya sa usikan nga anak sa Lucas 15:11-32 naghatag og maayong ehemplo sa proseso sa pagpangayo og kapasayloan. Una ang anak nakaamgo sa iyang sala, ug gisugid kin isa Dios. Unya nakahukom siya nga mopauli. Giplano niya pag-ayo ang iyang isulti sa iyang amahan, nga nagsugid sa iyang kapakyasan ug sala. Unya mibangon siya ug mipauli. Ang iyang unang mga pulong ngadto sa iyang amahan mao ang pagsugid sa iyang sala.

Tingali kinahanglan kang mogahin ug panahon sa pagsulat kon unsay imong isulti sa tawo sa dihang makigsulti ka kanila. Mahimo nimong hisgutan una kin isa lain nga higala o magtutudlo aron masiguro nga ang imong mga plano naa sa target.

Ang mas importante mao nga mogahin ka og panahon sap ag-ampo bahin niini ug mangayo sa tabang sa Ginoo. Wala kini magpasabut nga kinahanglan ka mag-ampo sulod sa duha ka semana sa dili pa ka makigsulti sa tawo. Sa daghang mga higayon, mas dali kita mangayo og pasaylo, mas dal inga magsugod ang proseso sa pagkaayo.

2. Sayop nga mga paagi sa pagpangayo og pasaylo

Adunay daghang mga paagi sa pagpangayo og pasaylo nga nagpakita nga dili kita sinsero sap ag-angkon sa atong sayop. Mahanas namong ipresentar ang among kaso aron ibutang ang bisan gamay nga bahin sa pagbasol sa lain tawo.

a. "Kung nasayop ko, pasayloa ko..."

Ang tawo nga naggamit niini nga pamaagi moingon gayud, “Sa akong hunahuna wala ko nasayop, apan kon sa imong hunahuna ako nakasayop, palihug pasayloa ako.” Ang laing bersyon niini nga apela mao ang, “Kon nasakitan ka sa akong gibuhad, palihog pasayloa ko.” Kung ibalik nimo ang imong relasyon sa laing tawo, ayaw gamita ang pulong nga “KUNG.”

b. "Nasayop ko, pero nasayop pod ka..."

Ayaw ipakamatarong ang imong mga sayop pinaagi sa pagsulti sa laing tawo nga nasayop usab sila. Ang imong responsibilidad mmao ang pag-atiman sa imong nabuhad nga sayop. Pasagdi nga . He’s had quite a bit of experience helping people with this.

c. "Karon nga ning-angkon na ko sa akong nabuhad nga sayop, kinahanglan nga pasayloon ko nimo."

Tungod lang sa imong pag-angkon nga nasayop ka dili mapugos sila sa pagtubag sa paagi nga gusto nimo nga ilang tubagon. Mahimo kang moadto niini nga panag-istoryahay uban ang dili realistiko nga mga pagdahom.

Sa dili ka pa molakaw, tingali imong makita kon sa unsang paagi mahitabo kini nga panag-istoryahay—mohangyo ka sa ilang pasaylo, ug mopahiyom sila ug moingon, “Gipasaylo na ang tanan.”

Apan kung naa gyud nimo kini nga panag-istoryahanay,, lahi ang ilang tubag. Dili ka nila pasayloon, ug tingali mobalik sila nga adunay dugang nga kasuko batok kanimo. Kung dili ka mag-amping, ang ilang wala damha nga tubag mahimong makamugna og bag-o ug mas dako nga problema. Ayaw paglakaw sa kasuko nga nag-ingon, “Dili lang nila gusto ang paagi sa akong pagpangayo og pasaylo!” Wala ka’y katungod nga ipugos sa tawo nga pasayloon ka kay tungod lang gihangyo nimo sila.

Ang pagpasaylo adunay duha ka bahin nga isyu—na-apil ang duha ka tawo. Ang pag-angkon nga nasayop ka ug pagpangayo sa ilang pasaylo usa ka lakang. Apan ang ilang tubag dili nimo kontrolado. Ang imong mahimo mao ang imong bahin. Kung nabuhad nimo kini nga sinsero, dili ka gihapon makapangayo nga pasayloon ka nila. Tingali kinahanglan kung mohimo og dugang nga mga lakang sa pag-uli sa dili pa kini nga tawo mopasaylo kanimo.

d. "Karon nga nisugid na ko sa akong nabuhat nga sayop, ato na lang kining kalimtan."

Ang pag-angkon sa imong kapakyasan wala magpasabot nga OK na ang tanan, ug mahimo nga ipadayon ang relasyon nga morag walay nahitabo. Ang pag-angkon sa imong kapakyasan wala magpasabot nga kinahanglan na silang mosalig kanimo. Bisag gipasaylo ka na nila, wala kini magpasabot nga mosalig sila nimo.

“Karon kalimti na lang ang akong nangaging kapakyasan,” mahimong usa ka pagsulay sa pagbaliwala sa panginahanglan alang sa dugang nga pagbag-o. Ang insidente nga imong gikumpisal mahimo lamang nga tumoy sa iceberg.

Tingali kinahanglan kang mohimog dagkong kausaban sa imong kinabuhi ug sa imong relasyon uban nii nfa tawo—nga ang tanan mahimong lisud nga trabaho sa imong bahin. Ang pagpangayo og pasaylo dili usa ka magic wand nga makapapas sa tanang kasakit sa nangagi pinaagi sap ag-ingon, “Nasayop ko, palihog pasayloa ko.”

Ang pag-atubang sa imong mga kapakyasan nagpasabut sa pagtan-aw kanila sa paagi nga gibuhat sa Dios, ug pagtubag sumala sa Iyang plano.

3. Ang husto nga paagi sa pagpangayo og pasaylo

Kung gusto nimo nga makit-an ang kalinaw uban sa Dios ug kadtong naapektuhan sa imong kapakyasan, pagmaisogon ug sultihi ang tawo: “Nasayop ko (isulti kung unsa ang imong nabuhat nga sayop). Mapasaylo ba ko nimo?”

Kung sugdan nimo ang imong pagkumpisal sa mga pulong nga “Nasayop ko,” imong giklaro nga giangkon nimo nga nasayop ka. Kung sultihan nimo ang tawo kung unsa ang imong nabuhat nga sayop, dili nimo kinahanglan nga hisgutan ang daghang detalye. Himoa kini nga yano og mubo. Pananglitan, “Nasayop ko nga wala ko magpakitag pagtahod nimo pinaagi sa akong pagpakigsulti nimo kagahapon sa hapon sa trabaho.” Ang laing pananglitan mao ang, “Nasayop ako sa pag-hunahuna og dili maayo kanimo. Palihog pasayloa ko?”

Human nimo masulti ang imong nabuhat nga sayop, dayon hangyoha ang tawo nga pasayloon ka. Kung imong pangutan-on, hatagan nimo ang tawo og higayon nga motubag. Himoa nga tin-aw ug yano ang pangutana.

Siguroha nga makakuha ka og tubag gikan anang tawhana. Kon moingon siya, “Kalimti na,” hangyoha pag-usab ang tawo nga pasayloon ka. Ingna siya nga gikonbik ka sa Ginoo nga sayop ang imong gibuhat ug importante kanimo nga makakuha ka og tubag. Kon magdumili gihapon sila sa pagpasaylo kanimo, sulayi sa malumong paagi sa pagpangutana sa rason nganong dili ka nila pasayloon. Ayaw pugsa kini nga isyu, apan kon ang tawo andam nga mopasabot sa rason, paminaw pag-ayo nga dili mosulay sa pagrason o pagpasumangil sa imong kaugalingon.

Kung ang usa ka tawo mopasaylo kanimo, imong masinati ang kalinaw sa Dios sa imong kasingkasing. Ang kalipay moabut pinaagi sa pagpasig-uli sa usa ka naguba nga relasyon takus sa kasakit sa pagsugid sa imong kapakyasan ug pagpangayo sa ilang kapasayloan.

Panultihon 17:9 Maayong Balita Biblia

Kon buot kang higugmaon sa katawhan pasayloa sila sa ilang mga sayop kanimo.

Ang laing butang nga makatabang sa pagpalig-on sa imong relasyon sa usa nga naapektuhan sa imong kapakyasan mao ang paghangyo niining mao nga tawo sa pagtabang kanimo sa pagbuntog sa imong problema. Pangutan-a ang tawo og mga suhision kon unsaon nimo pagwagtang niini nga problema. Kon motanyag siya og tabang, dayon paminaw pag-ayo, ug ayaw pagsulay sa pagrason o pagpasumangil sa imong kaugalingon o tugoti ang garbo nga mubalik sa imong kinabuhi.

D. Paghimo sa pagpakig-uli

Unsa ang responsibilidad sa Kristohanon sap ag-uli sa nangaging mga kapayasan? Unsa kadtong mga sala nga nahimo sa usa ka tawo sa wala pa mahimong Kristohanon? “Ang Dios nagpasaylo ug nakalimot,” Husto kana, apan ang mga tawo dili makalimot sa imong mga kapakyasan.

Kon kita maghisgot mahitungod sa pagpasig-uli, kita kinahanglan nga mabinantayon nga ibutang sa hunahuna ang mga prayoridad sa Dios. Daghan sa mga pagtulon-an sa Dios dili sayon; sa pagkatinuod, kini imposible alang kanimo sa pagsunod kon wala ang Iyang tabang. Ang pagpasig-uli sa usa ka relasyon uban sa laing tawo dili molihok gawas kon ang Dios maghatag nianang tawhana sa tinguha sa pagpasaylo kanimo.

Ang labing importante nga matang sa pagpasig-uli nga imong mahimo mao ang pagpasig-uli sa imong relasyon sa Dios. Nagpasabut kana sa pagsugid sa imong mga sala ug paghangyo Kinya nga pasayloon ka. Kung mapakyas ka sa pagpasig-uli sa imong relasyon uban Kaniya, ang tanan nga imong gibuhay kay walay bili.

Ang ikaduha nga labing importante nga matang sa pagpasig-uli nga imong mahimo mao ang pagpahiuli sa imong mga relasyon sa mga sakop sa pamilya. Kung ang imong nangaging mga kapakyasan nakaguba sa komunikasyon ug pagsalig, unya paghimog mga lakang aron mapasig-uli ang mga relasyon. Ayaw pag-laom sa dayon-dayon nga kabag-uhan sa matag tawo. Hinumdomi, kung gigugol nimo ang daghang mga bulan o mga tuig nga guba ang imong relasyon sa kini nga membro sa imong oamilya, mahimo’g magkinahanglan og gamay nga oras alang sa pagkaayoo nga mahitabo.

Sa daghang mga kaso ang Ginoo momando kanimo sa paghimo sa materyal nga pagpasig-uli alang sa imong gikawat o gidaot. Ang mga balaod sa Daang Tugon bahin sap ag-uli nagpatin-aw nga ang Dios nagtuo nga kini usa ka importante nga bahin sa solusyon sa usa ka kapakyasan o sala. Ang ubang mga tawo nagpataas sa ilang mga kamot sa pagkawalay paglaum sa paghunahuna sa pagbayad sa tanan nilang nangaging mga sala. Kung ingon niana ang imong gibati, paggahin og panahon sa pagbasa sa Filipos 4:13 ug Roma 8:28. Karong adlaw tingali wala ka nay paagi sa paghimo og pinansyal nga pag-uli sa imong nangaging sala. Apan mahimo kang mag-ampo karon ug mahibal-an kung unsa ang gusto sa Ginoo nga imong buhaton karon. Dayon pangayo og diosnon nga tambag sa mga paagi nga mahimo nimo ang gisulti sa Dios kanimo.

1. Ang sumbanan sa Bibliya sa pagpasig-uli

Ang mga balaod sa Daang Tugon nga gihatag sa Dios sa mga Judio tin-aw nga nagpahayag sa mga bayad nga kinahanglan buhaton sa usa ka tawo alang sa iyang mga kapakyasan. Adunay daghang mga prinsipyo sa Bibliya nga gihatag sa Bag-ong Tugon nga magamit kanato karon.

Mateo 5:23-24

Lucas 19:1-10

Galacia 6:1-2

Kung gusto nimo ang labing maayo sa Dios alang sa imong kinabuhi, unya sugdi ang usa ka pagtuon kung unsa ang gisulti sa Dios bahin sa kini nga parte sa imong kinabuhi. Hatagan ka sa Dios og kaalam ug panabot bahin sa unsang paagi makapangalagad ka sa Iya'g maayo, pinaagi niining kalisud nga bahin sa imong kinabuhi kani-adto.

Pagbayad og balik, ni Brian Swails

Samtang ako nag hulat sa kakulba sa maghuhukom kung unsa ang i-sintensya Kanako, akong giplano ang akong pag-ikyasa sa korte. Akong gihunahuna nga, *Kung moingon siya og 5 ka tuig ko nga mapriso, mo dagan ko. Kung barilon ko sa akong pag-ikyasa, unya mamatay ko.*

Kadtong ning-aging gabii nag-ampo ako, “Ginoo, kung dili nimo itugot nga ako makulong, mangalagad ko sa imo sa akong tibuok kasingkasing.”

“Brian Swails, ako kang gi-sintensyahan og 5 ka tuig sa Mount Pleasant Penitentiary,” ang maghuhukom miingon. Sa wala pa ako maka-riak, iyang gidugangan: “Ang paghukom sa pagka-priso gisuspende.”

Ang usa ka social worker sa korte kay usa ka Kristohanon ug iya kong gitabangan nga makasulod sa Teen Challenge sa Colfax, Iowa. Sa lobby sa Teen Challenge ang akong unang adlaw, nagdumili ako sa pag-surender sa akong sigarilyo, akong hunahuna, akong buhian ang 4 ka kaha sa sigarilyo sa usa ka adlaw, dili nako ni kaya.

Sa misunod nga pipila ka simana, naglisod gyud ko sa akong adiksiyon sa sigarilyo. Apan, determinado nga tumanon ang akong saad sa Ginoo, maong nagpadayon ko. Kabalo usab ako nga ang 5 ka tuig sa prisohan naghulat lamang sa dihang mo undang ko sa Teen Challenge.

Maihap lamang ang mga higayon nga mi-adto ako og simbahan sa tibuok Nakong kinabuhi. Karon naga-ampo na ako kanunay, “Ginoo, palihug ipasinati Kanako nga ikaw tinuod gayod.”

Usa ka adlaw sa dihang ako nag-ampo, ang kalinaw mi-ari kanako—ang labing maayo nga pagbati ang akong nasinati. Unya sa dihang ako nagbasa sa akong Bibliya, ang mga pulong niini mang-gawas. Ug ako makaingon “*Wow, Ginoo para Kanako kini nga mga pulong.*”

5 ka bulan na ako sa programa, nag tuon ako sa usa ka buluhaton mahitungod sa mga mini o dili tinuod nga pagka Kristohanon. Gi-konbik ako sa Dios mahitungod sa pagsupak sa balaod nga akong nahimo—ang pag-pangawat og kwarta sa ATM. Nabuhat nako n inga pagpangawat kapila na sa mga mi-aging tuig, ug karon ang Ginoo nag ingon kanako sa pagpasig-uli. Nahadlok ko, apan ang Dios nag ingon “Brian, salig Kanako.”

Nahuman nako ang Teen Challenge ug ning apil sap ag-usab sa programa sa Omaha, Nebraska. Didto akong gi-ingnan ang director mahitungod sa kwarta. Aduna na akoy trabaho ug matag simana mag-lain ko og kwarta para ibayad nako ang ikong kinawat.

Akong gitawagan ang secretary sa Des Moines ug nangayo og gitakdang pag-adto ug gi-ingnan nako siya nga akong iuli ang kwarta nga akong gikawat. Miingon ang secretary kung moadto ka unya dala-dala ang kwarta, ang president mo tawag og pulisya unya i-report ka niya kay ikaw mi-angkon nga ikaw misupak sa balaod sap ag-pangawat.

Ang kahadlok nga arestuhon ako unya ma priso. Akon ang gihunahuna nga ako nalang ipadala ang kwarta unya dili nako magpa-ila, pero gusto nako makita ug ma-atubang ang president sa dihang ako nang iuli ang kwarta.

Giubanan ako sa director sa pag-adto sa bangko. Akong gikumpisal ang akong sala sa president ug gihatag ang kwarta. Ako siyang gi-ingnan nga ako karon nahimo nang Kristohanon ug karun gusto nako nga mapasig-uli. “Pasayloa ako sa akong gibuhad,” akong ingon, “ug mangayo ako og pasaylo.”

Sa musunod nga 45 ka minute ang presidente nangutana mahitungod sa Teen Challenge ug ngano ako naka desisyon sa pag-uli sa kwarta.

Sa pag-lakaw nako gikan sa bangko, murag gikuhaan og 400-ka tangkal nga gibug-aton sa akong kasingkasing. Bisan pa nga gi-report sa president ang akong pag-kumpisal, apan walay kriminal nga kaso.

Akong na-amgohan nga kinahanglan nakong iaplay ang akong nakat-unan nga mga prinsipyo sa Teen Challenge sa matag higayon sa akong kinabuhi.

Kung akong balikan ang mga gibuhad sa Ginoo sa akong kinabuhi sa mi-aging 2 ka tuig, usa lang gyud ang akong mahuna-hunaan—*Lipay kaayo ko*.

2. Mga lakang sa pagpasig-uli

a. Paghimo og saad ngadto sa Dios

Kung mituo ka nga gusto sa Dios nga maghimo ka og pasig-uli sa imong miaging mga kapakyasan, pagsugod og himo og plano. Isulat kung unsa ang imong isulti ni-anang tawhana. Dayun pag-ampo, unya hangyoa ang Dios nga ipadala kinin a tawo aron makabaton ka og oportunidad nga making istorya kaniya. Pag-andam sap ag-buhad sa imong parte. Ang Dios mohimo sa iyang parte usab.

b. Ipasig-uli ang imong relasyon sa tawo nga imong napasakitan

Ang unang tumong sa imong paghimo og pagpasig-uli mao ang pag-uli sa relasyon nimo sa tawo nga imong napasakitan. Ang resulta mahimong sinugdanan sa bag-ong panahigalaay. Apan, ang kabaliktana mao ang tinuod—mamahimong dili ka makabaton og suod nga panaghigalaay nianang tawhana. Nakadependi kung kinsa kini nga tawo, mamahimong mangayo kalang og pasaylo, mohimo og pagpasig-uli, ug unya magpadayon na mo sa tagsa-tagsang kinabuhi.

c. Paghimo og materyal sa pagpasig-uli alang sa imong mga gikawat o naguba

Sa pagpangayo og pasaylo sa imong miaging mga kapakyasan, klaro kini nga kinahanglan ibalik nimo kun unsa ang imong gikawat o nadaut. Ipahayag ang imong plano sa kini nga tawo. Ang Dios adunay saad nga suplayan ka Niya sa imong utang nga kinahanglan bayaran. Mamahimong pipila pa ka mga bulan bago nimo masugdan og bayad. Kung aduna kay trabaho karon, pwede kang mo bayad sa regular nga paagi, bisan paman og 250 pesos kini matag simana. Kung matinud-anon ka sa imong saad, ang Dios mo panalangin kanimo ug mopadayun pag-hatag sa imong mga gikinahanglan.

3. Ang resulta sa pagpasig-uli

Kung atong pilion ang pagsunod sa Ginoo, Nakita Niya kini ug moohatag Siya og ganti. Ang atung tumong sa pag-sunod sa Ginoo kinahanglan sa pagpakita sa atong paghigugma kaniya. Ang rason sa imong maghimo og pagpasig-uli kay ipakita nga gihigugma nato siya. Ang paghigugma sa Dios mao ang pinaka importanteng butang nga atong mahimo sa atung kinabuhi.

a. Kalinaw sa sulod

Ang kaaway buhaton ang tanan sa iyang gahom aron lang ka ilaron sa paghunahuna nga dili na nimo kinahanglan ang pagpasig-uli sa imong mga miaging mga kapakyasan. Ang mga paghunahuna sa kahadlok mopuno sa imong hunahuna. Apan kung imong buhaon kining mga lakang ug pag-offer sa pag-uli kung unsa ang imong gikuha o naguba, ang Ginoo mopanalangin kanimo sa iyang kalinaw. Ang kalinaw nga gikan sa Dios mas labaw pa sa milyon nga dolares. Ang kahadlok ug ang pagkasad-an mawala kung atung buhatn kung unsay ipabuhat sa Ginoo.

Kung mohimo ka sa pagpasig-uli sa imong miaging mga kapakyasan, imong ma diskobrehan ang bag-ong kagawasan sap ag-tanaw sa imong karaang kapakyasan ug mahibal-an nga kini naresulba na. Dili kana makabati og sad-an mahitungod ato—gipasaylo kana sa Dios. Ang ubang tawo ng ana-apil kabalo na kung asa ka ning barug bahin niana nga isyu, kay nahimo na nimo ang pagpasig-uli sa relasyon kanila.

Ayaw katingala nga si Satanas ibalik-balik na niya og pahinumdom kanimo ang imong miaging mga kapakyasan aron sa pag-pasangil ug pag-hukom kanimo. Ang Bibliya gitawag si Satanas nga “amahan sa tanang atik” ug ang “tig-pasangil sa isig ka igsoon.” Imong ingnon si Satanas nga, “Oo, napakyas ko, apan gipasaylo na ko sa Ginoo.” Dayun ituon ang imong panghunahuna sa Ginoo sa pagpasalamat Kaniya alang sa kalinaw nga Iyang gihatag kanimo. Ug pasalami usab Siya sa pagtabang kanimo nga makakaton pinaagi sa imong nga kapakyasan.

b. Mamahimong makasinati ka og kalisud

Sa ubang mga sitwasyon, ang tawo makasinati og tinuod nga kaliisud paghuman nila mo-angkon sa ilang mga sala ug mi-himo og pagpasig-uli. Si Jose gibuhat kini ug sa ulahi nakulong siya og 2 ka tuig sa prisohan kay ang mga tawo gikasohan siya human niya gi-angkon nga siya sad-an. Nagpadayon og pagpangalagad si Jose sa Ginoo didto sa prisohan.

c. Mamahimong maka-kombensi ka sa uban nga ikaw usa ka Kristohanon

Ang paghisgut sa Kristohanong kinabuhi sayon lang. Apan kung imo nang ibutang ang imong kwarta diha sa imong mga pulong, ang mga tawo motan-aw kanimo sa duol. Karun kabalo na sila nga ikaw lahi sa uban. Kini mamahimong oportunidad para kanimo sap ag-sangyaw kung unsa ang gibuhat ni Hesus sa imong kinabuhi. Mahimo nimo kini pina-agi sa imong mga pinulongan ug sa buhat.

d. Mamahimo kang pasayloon

Daghan sa mga Kristohanon nakasinati og kalipay sa dihang gipasaylo sila. Sa usa ka kaso ang usa ka tawo miingon, “Nakita nako nga nabag-o gyud ka. Ayaw na bayara kung unsa man tung imong gikuha Kanako.” Sa ubang sitwasyon, si Dominick ming balik sa tindahan nga iyang gikawatan kadtog mga miaging mga bulan saw ala pa siya nahimong Kristiyano. Iyang gikumpisal ang iyang gibuhat ug miingon sa bayaran niya ang iyang gikawat. Iyang gi-ingnan ang tag-iya sa tindahan kung na unsang paagi siya gibag-o sa Ginoo. Sa wala pa nahuman ang ilang panag-istorya, ang tag-iya sa tindahan gi-operan siya og trabaho.

Wala ka kabalo kung unsay mahitabo kung mohimo ka sa pagpasig-uli sa imong miaging mga kapakyasan. Apan kabalo ka nga anaa ang Ginoo motabang kanimo sa matag lakang nga imong buhaton.

Kapitulo 3

Unsaon pagtubo pina-agi sa akong mga kapakyasan

Ang kapakyasan kay normal lang nga parte sa kinabuhi sa matag usa. Kung sa unsang paagi nato kini atubangon nga mga kapakyasan magpa-ila kung kini nga kapakyasan mahimong positibong bahin sa imong miaging kinabuhi o maka daut, nga magdala kanimo sa mas daghan pang kapakyasan.

Gusto gamiton sa Dios ang matag problema ug kapakyasan sa imong kinabuhi aron pag-tabang kanimo nga motubo, aron mahimo kang usa ka tawo nga gusto Niya. Iyang saad nga tabangan ka. Apan ang tinuod nga pangutana mao ang—gusto ba nimong atubangon kini nga mga kapaysan sa imong kinabuhi? Gusto ba nimong motubo?

Ang pagtubo pinaagi sa mga kapayasan kay usa ka proseso—usa ka taas nga pag-proseso sa kinabuhi. Makasinati ka og kinabuhi nga puno sa kalipay, kagawasan, ug adunay kahulogan. Ang Dios nag andam sa uma-abot nga puno sa paglaum para nimo. Ang mga lakang sa pagtubo mamahimong sakit, apan uban ang tabang sa Ginoo makasinati ka og tinuod knga pagtubo—tinuod ka kaayuhan.

Sa kini nga kapitulo atung dungeon ang proseso sa pagtubo sat ulo ka mga yugto. Una, kinahanglan nimong buntogon ang problema o kapakyasan sa imong kinabuhi. Ikaduha, kinahanglan nimong tun-an ang himsog nga pagkinabuhi—mahimo ang mga gusto sa Dios para nimo. Ikatulo, kinahanglan nimo mohimog mga lakang nga malikayan na nimo kining mga kapayasan ug dili na mabuhat pag-usab.

Ang proseso sa pagtubo pinaagi sa mga kapayasan

1. Pag-buntog sa problema o kapakyasan sa imong kinabuhi
2. Tun-an ang himsog nga pagkinabuhi
3. Pag-himog mga lakang nga malikayan ang mga kapayasan ug dili na mabuhat pag-usab

A. Pag-buntog sa problema

Kung gusto kang motubo pinaagi sa mga kapakyasan, kinahanglan nimong atubangon ang imong mga kapakyasan. Ang pag-baliwala niini dili makapahimo kanimo nga usa ka kusgan nga tawo, sama sap ag-baliwala sa kanser sa utok, dili kini mawala.

Sa kapitulo 2 atung Nakita ang pipila ka mga lakang kung sa unsang paagi kita motubag sa kapakyasan. Karon ato kining tan-awon sa mas konprehensibang paagi sa proseso sa pagtubo. Atung tun-an kung unsaon nato nga ang kapakyasan ug kasinatian mamahimong tinuod nga pagtubo sa atung pagtubag niini.

1. Unsa ang akong kinaiya mahitungod sa kapayasan?

Kung ang mga tawo moingon, “Ang kinaiya kay mas labaw nga importante,” kini murag subra ra kaayo. Apan ang imong panghunahuna mahitungod sa kapakyasan kay adunay dramatikong epekto kung sa unsang paagi ka motubag sa kapakyasan. Pag-gahin og pipila ka minute ug pangutan-a ang imong kaugalingon, “Unsa ang akong kinaiya mahitungod sa kapakyasan ug ang mga problema nga maoy hinugdan sa kapakyasan sa akong kinabuhi?”

Nahadlok kaba og kapakyasan? Naulawan kaba sa kapakyasan? Masuko kaba—sa imong kaugalingon, o sa uban? Ang kapakyasan ba nagdala og kaulaw sa imong kinabuhi?

Sadihang si David Wilkerson unang adto sa New York City sa tuig nga 1958, iyang nabati na gusto sa Ginoo nga making-storya siya sa 7 ka batan-on nga anaa sa usa ka kaso sa pagpatay kang Michael Farmer. Sa dihang misulay siya sap ag-pananghid sa maghuhukom, gipagawas na hinuon siya sa korte. Gi-pikturan siya ug gipangayoan og pipila ka mga komento. Sa sunod nga adlaw ang iyang piktur atu-a na sa papel sa balita nga naga-ingon mahitungod sa iyang pag-hunong sa ginadungog nga kaso.

Mihawa siya sa New York City nga gibati ang kapakyasan. Ning balik siya sa iyang pinuy-anan, ug misaad sa kaugalingon, “Dili na gyud ako mobalik sa New York City pag-usab.” Naulaw ba siya? Oo, Wala ba naka sabot ang iyang mga higala? Oo.

Apan imbis nag iyang daganan o talikdan ang iyang kapakyasan, ning padayon siya sap ag-ampo, sa pagpangita sa deriksyon sa Ginoo sa iyang kinabuhi. Gigamit siya sa Dios sa miaging mga bulan sap ag-sugod og Teen Challenge nga ministry sa New York City nga nahimong dangpanan sa mga batan-on babaye ug lalake nga masinati ang tabang sa Ginoo ug kaayuhan sa ilang kinabuhi. Kini mitubo ug nahimo internasyonal nga ministry ug literal nilibo ka mga kabatan-onan ang natabangan matag tuig.

Mahimong kuhaon sa Ginoo ang mga makaulaw nga kapakyasan sa imong kinabuhi ug gamiton kini aron ikaw motubo. Apan ang susi mao ang—unsa ang imong kinaiya mahitungod sa kapakyasan? Ang ubang tawo moingon, “Naulaw ko pag-ayo sa akong mga kapakyasan.”

Sa Hebreo 12 gihulagway ang kinaiya ni Hesus sa dihang kilansang Siya. Nga Nakita sa ubang mga tawo nga kadto usa ka kapakyasan, pero parte ra siay to sa plano sa Ginoo sap ag-dala sa kaluwasan ug paglaom sa tibuok kalibutan.

Hebreo12:2 Maayong Balita Biblia

Itutok ta ang atong mga mata ngadto kang Jesus nga maoy gisandigan sa atong pagtuo ug tighingpit niini. Wala siya mosibog bisan pa sa iyang pag-antos sa krus ug wala niya igsapayan ang kaulaw sa pagpakamatay didto sa krus tungod sa kalipay nga madawat niya. Ug naglingkod siya sa tuo sa trono sa Dios.

Wala gitugot ni Hesus nga modumala ang kaulaw sa iyang pag-atubang sa iyang problema. Kita usahay atung ginadawat ang kaulaw, ug sa atung hunahuna motuo kung unsa ang gina-ingon. Dapat, ang atung buhaton kay ang pag-tuon sa atung panan-aw didto kang Hesus ug sa mga plano nga iyang gian-dam para kanato.

Kinahanglan ka makabaton og kinaiya nga makaingon ta sa atung kaugalingon ug sa uban., “Gusto kung motubo!” Kinahanglan tang makabaton og positibo nga kinaiya mahitungod sa kapakyasan—dili kay gusto kang mapakyas, o maghimo og pasangil sa imong mga kapakyasan. Ang imong kinaiya mahitungod sa kapakyasan kinahanglan sama sa Ginoo.

Kung imong baliwalaon ang kapakyasan unya mo abot sa punto nga dili na nimo makat-onan ang mga importanteng leksyon gikan niining masakit nga kasinatian.

2. Bakak nga pagtuo ug ang kamatuoran

Kasagaran ang bakak nga pagtuo kay nakahigut sa kapakyasan. Usa ka batan-ong babaye nag-ingon, “Kay wala ko naka sinati sa paghigugma ug atensyon nga kinahanglan nako sa panimalay, nangita ko og gugma sa gawas.” Siya mipadayun sap ag-ingon “Ulahi na nako naamguhan nga ang akong pagpangita sa gugma sa mali nan ga lugar.”

Kasagaran atung ginadawat ang mga bakak nga pagtuo ug ato kining ginabuhat, unya ulahi nan ga kita nakaamgo nga natanggong na kita sa problema. Usa ka batan-on ang nagpadala og sulat sa Teen Challenge paghuman nilang mibisita sa eskwelahan. Iyang gidayig ang usa ka batan-ong lalaki nga nakabaton og kagawasan sa adiksiyon sa droga.

Miingon siya, “Apan ang droga mitabang Kanako. Kung dili tungod ani, dili na ako mabuhi.” Ang iyang bakak nga pagtuo nagbira kaniya sa dugang pang mga problema, dugang kapakyasan, dugang kadaot.

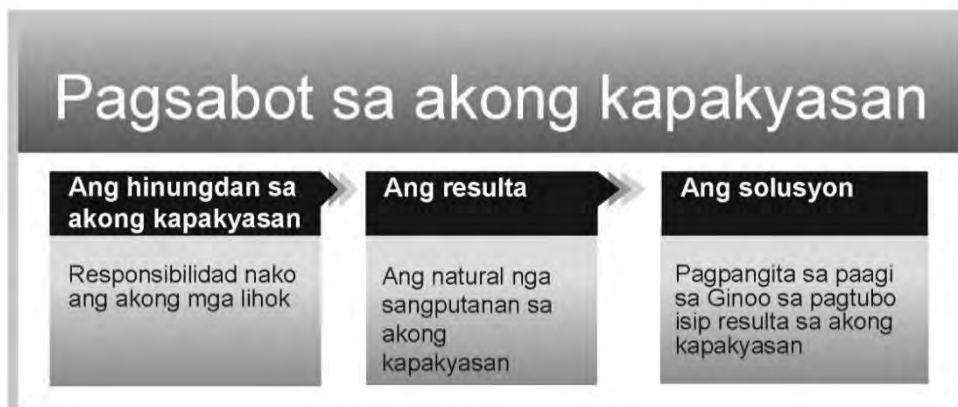
Sa matag kapakyasan nga imong giatubang sa imong kinabuhi, kinahanglan nimong pangtan-on ang imong kaugalingon, “Nagkinabuhi ba ako sa bakak nga pagtuo sa kini nga parte sa akong kinabuhi?” Mamahimong ang tubag dili dayun makaplagaan. Apan ang tinuod nga susi kay ang pagsabot sa kamatuoran sa Dios ug sa unsang paagi kini may kalabutan sa problema.

Ang kamatuoran sa Dios usa ka solido nga pundasyon nga motubo ka pinaagi sa imong mga kapakyasan. Kinahanglan nimong makaplagaan ang kamatuoran sa Dios nga may kalambigitan sa matag kapakyasan ug sugdi sa pag-aplay sa Iyang kamatuoran.

Ang pagkinabuhi nga anaa sa bakak nga pagtuo sama sa nagatukod og balay sa balasan. Kung adunay moa bot nga bagyo, kini dugang napod nga kapakyasan.

3. Pagdiskobre sa hinungdan, resulta ug solusyon sa matag kapakyasan

Adunay daghang nga mga lakang sa pagtubo ang gikinahanglan kung gusto nimong motubo pinaagi sa mga kapakyasan. Ang tsart sa ubos nagpakita sa mga parte sa matag kapakyasan. Adunay importante nga leksyon nga imong matun-an kung unsaon pagpugong sa kapakyasan pinaagi sa pagtuon niining tulo ka mga parte—ang hinungdan, ang resulta, ug ang solusyon.



Kung wala nimo nasabtan kung unsa ang hinungdan sa imong kapakyasan, ang pagtuon kung unsa ang sulosyon kay dili maka-tabang sa imong problema. Ang pagtuon sa kung unsa ang hinungdan sa kapakyasan, apan pagbaliwala sa sulosyon sa Ginoo kay modugang ra sa uma-abot nga kapakyasan.

a. Unsa ang gusto sa Ginoo nga akong itubag sa kapakyasan?

Kinahanglan nimong tubagon ang matag kapakyasan uban ang imong kamot nga moabot sa Ginoo og moingon, “Ginoo, kinahanglan nako ang imong tabang. Gusto Nakong motubo aron makakat-on ko sa akong mga kapakyasan. Tabangi ako na makita kung sa unsang paagi ang imong kamatuoran mo hatag og direksyon Kanako sa mga lakang sa pagtubo nga kinahanglan nako sa akong kinabuhi.”

Pag-gahin og panahon sa pagbasa sa istorya sa Bibliya ug tan-awa sa unsang paagi ila gitubag sa ilang mga kapakyasan. Sa unsang paagi nga ang ilang kapakyasan mitabang kanila sa ilang pagtubo? O napakyas ba sila sa pagtuon sa ilang mga kapakyasan?

Apan ang kamatuoran nga kinahanglan nimong itukod kay ang imong responsibilidad sa imong kapakyasan. Ang pagbasol sa uban dili maka tabang kanimo sa pagtubo. Ang uban mamahimong modugang pa sa problema sa imong kinabuhi, apan kinahanglan determinado ka sap ag-pangita sa kamatuoran sa Dios aron ikaw motubo. Kung ang ubang tawo nausab, wala kana nagpasabot nga ning tubo kana. Kinahanglan kang mahimong determinado sa pagtubag sa paagi sa Dios, unsa man ang buhaton sa uban.

b. Pag-atubang sa mga sangputanan sa akong kapakyasan

Kadaghanan sa atong mga sangputanan sa kapakyasan mao ang kasakit ug naguba nga relasyon. Ang pag-atubang sa hinungdan sa kapakyasan kay importante, ug ang sus isa imong pagtubo. Apan kinahanglan pod nimong pangitaon kung sa unsang paagi mma-apektohan ang ubang tawo.

Usahay pukos na kaayo ta sa atung kapakyasan nga wala na nako Nakita kung aduna bay na apektohan nga ubang tawo. Si David nga nakig-dulog siya sa usa kagabii kang Bathsheba mahimong adunay kalipay sa pipila lamang ka oras. Apan wala nahunahuan ni David ang sangputanan sa ilang sala nga nabuhat. Nabuntis si Bathsheba. Gitistingan og tabon ni David ang iyang sala pinaagi sa pagpadala kang Uriah, ang bana ni Bathsheba ngadto sa giyera. Sa dihang wala natuman ang iyang gusto, iyang gisugo nga ipapatay si Uriah. Ang kadaot nagpadayun, nakaapikto og mga walay sala nga tawo. Apang ang pinaka seryusa sa tanan, ang sala ni David naka-apekto sa ilang relasyon sa Ginoo. Mahimo nimong basahon ang tibuok nga istorya sa 2 Samuel 11-12.

Sa kadugayan gikumpisal n ani David ang iyang sala, apan dili mawala ang sangputanan sa iyang kapakyasan sa pagkumpisal lamang. Iyang masinati ang sangputanan sa iyang tibuok kinabuhi.

Pipila sa imong mga kapakyasan mao ang pagkaguba sa relasyon sa pamilya o higala. Mag-gahin og taas-taas nga panahon og pag-buhat aron mapasig-uli ang relasyon.

Mamahimo nimong pangutan-on ang mga tawo nga naapektohan sa imong kapakyasan sa ilang matinud-anon nga masulti. Hangyoha sila sa pagtabang kanimo nga makita ang imong kapakyasan sa ilang panan-aw. Sama ni David, mahimo nimong madeskobrehan nga ang imong kapakyasan gibutaan kana ug dili na makakita sa kamatuoran sa Dios, labi na sa bahin nga nakaapekto sa uban. Kinahanglan nimong gamiton ang kamatuoran sa Dios sa pagtubag sa mga sangputanan sa imong kapakyasan.

c. Unsa ang mga lakang nga i-implementar nga sulosyon sa Ginoo sa problema?

Ang uban kanato gusto og dali, dili sakit nga sulosyon. Mas gusto nato og magik wand nga usa ka hampas sa wand, ang atong mga problema mawala ug dayun-dayun anaa n akita sa dalan sa kadaugan ug kahamtung.

Ang sakit nga kamatuoran kay daghan sa atong kapakyasan nagkinahanglan og pipila ka mga lakang sa kabag-ohan. Ang kasakit usahay modasig kanato sa kabag-ohan. Apan unsa ka ka mapasaligon sa imong pagdisiplina sa kabag-ohan—ang disiplina sa pagbuhat sa mga kabag-ohan nga kinahanglan aron motubo ka sa imong kinabuhi?

Unsa ka ka desperado sa pagtubo? Andam kabang mogahin og pipila ka simana, kung dili bulan sa kini nga proseso sa kabag-ohan?

1. Itu-on ang imong panan-aw kang Hesus

Ang unang prayoridad sa pag-patuman sa sulosyon sa Ginoo sa imong problema kay ang “pagtu-on sa imong panan-aw kang Hesus” Tan-awa ang Hebreo 12:1-2. Kung imong saligan ang imong kaugalingong kaalam, imo lang gibutang ang imog kaugalingon sa daghan pang mga kapakyasan.

Tabangan ka sa Ginoo kung pangayo ka og tabang Niya. Apan kinahanglan gihapon nimong ipatuman ang mga lakang sa kabag-ohan sa imong kinabuhi. Dili igo nga mag-ampo ka lang, “Ginoo, nagkinahanglan ko sa imong tabang. Palihug tabangi ko sa akong problema sa akong kinabuhi.”

Kinahanglang mangutana kita sa Dios, “Unsa ang mga lakang sa pagbag-o nga kinahanglan Nakong buhaton?” Ayaw pagdahum nga usa ka kusog nga tingog gikan sa langit o usa ka anghel nga magpakita ug matabang kanimo. Imbis, usisaa ang Pulog sa Dios, ang Bibliya, pangita og bersikulo nga anagay sa imong problema.

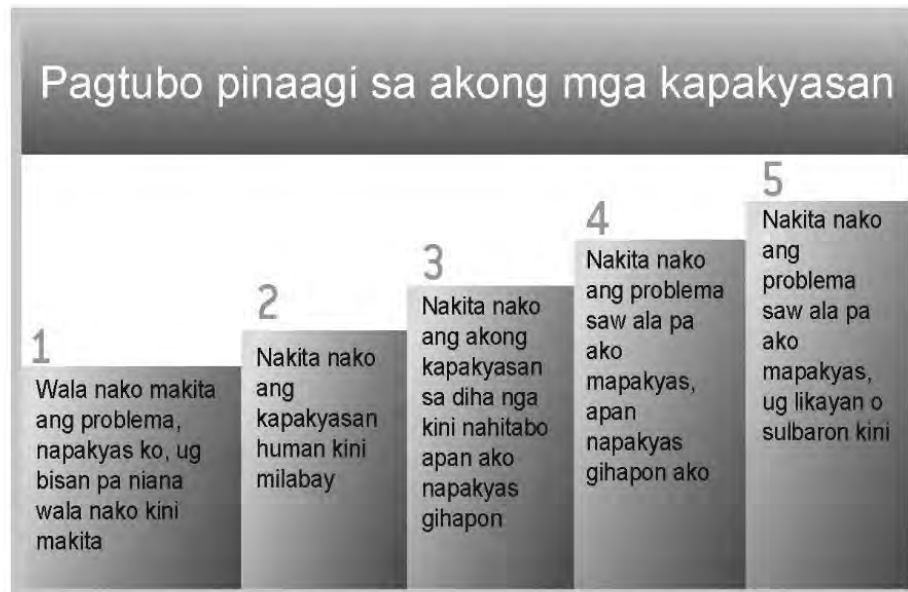
2. Paghimo’g mga lakang sa pagtuo

Kung nahibal-an na nimo kung unsa ang gusto sa Dios nga imong buhaton, kinahanglan nimo ang gahum sa Dios sa pagtabang kanimo. Ang Dios nagsaad sa paghatag kanimo og pagtuo. Ang hugot nga pagtuo mao ang gahum sa Dios nga imong magamit sa pagbuhat sa unsay Iyang gusto nga imong buhaton.

Kinahanglan nimong gamiton ang Iyang gahum sa paghimo sa matag lakang sa pagtubo nga gikinahanglan sa imong kinabuhi. Dili niya buhaton ang mga lakang alang kanimo—kinahanglan nimo kini buhaton. Sama nga dili mahimo nga ikaw ang molakaw alang sa gamay nga bata. Ang bata mahimong mitumba sa makadaghang higayon samtang siya makakat-on unsaon paglakaw. Sa samang paagi gusto sa Ginoo nga makat-on ka sa paglakaw sa dalan nga Iyang gimarkahan para nimo.

Ug kini nga pagtubo usa ka proseso. Ang Dios nangita alang sa pagkamakanunayon. Kinahanglan nimong pauswagon ang pagkamalahutayon. Dili kini usa ka malampuson nga lakang ug unya, kalimti lang kini.

Sa pipila ka mga kaso mahimo'g magdugay aron malampuson nga mabuntog ang mga lugar nga nagbalikbalik nga kapakyasan. Bisan kung gusto nimo magbag-o, mahimo nimong makita ang imong kaugalingon nga napakyas sa parehas nga higayon. Kini nga tsart nagpakita sa proseso nga mahimong again sa uban sa pagpangita sa tinuod nga kadaugan sa usa ka bahin sa kapakyasan sa ilang mga kinabuhi.



3. Paghimo og plano sa pagbawi

Ang pipila sa mga kapakyasan sa imong kinabuhi mahimong nanginahanglan og daghang pagbag-o. Alang niadtong adunay karaang kinabuhi sa pagka-adik, magkinahanglan kini og dugang nga trabaho aron masinato ang tinuod nga pagtubo—tinuod nga pagkaayo. Paghimo og plano sa pagbawi, paglista sa praktikal nga mga lakang nga kinahanglan nimong buhaton, ug dayon paghatag ug pagtagad sa matag adlaw niini nga mga lakang. Ang imong tumong kinahanglang i-pukos sa, “Unsa ang labing maayo sa Dios alang Kanako?” Ayaw kakuntinto sa ubos pa sa labing maayo.

Kini nga plano sa pagbawi mahimong matawag nga imong plano sa pagbag-o. Gusto sa Dios nga bug-os nga bag-ohon ka gikan sa sulod hangtud gawas. Gusto niya nga bag-ohon ang imong kasingkasing. Gusto niya nga bag-ohon nimo ang imong hunahuna. Gusto Niya nga mapasaligon ka sa pagsunod Kaniya. Gusto niya nga masinati nimo ang kalinaw nga moabut pinaagi sa pagbaton og saktong relasyon uban Kaniya. Pinaagi sa pagbaton ug plano sa pagbawi among gipasabot nga tinuod ka nga nakasabot ug makasinati unsa ang kahulugan sa pagkinabuhi nga madaugon kada adlaw uban sa tabang sa Dios.

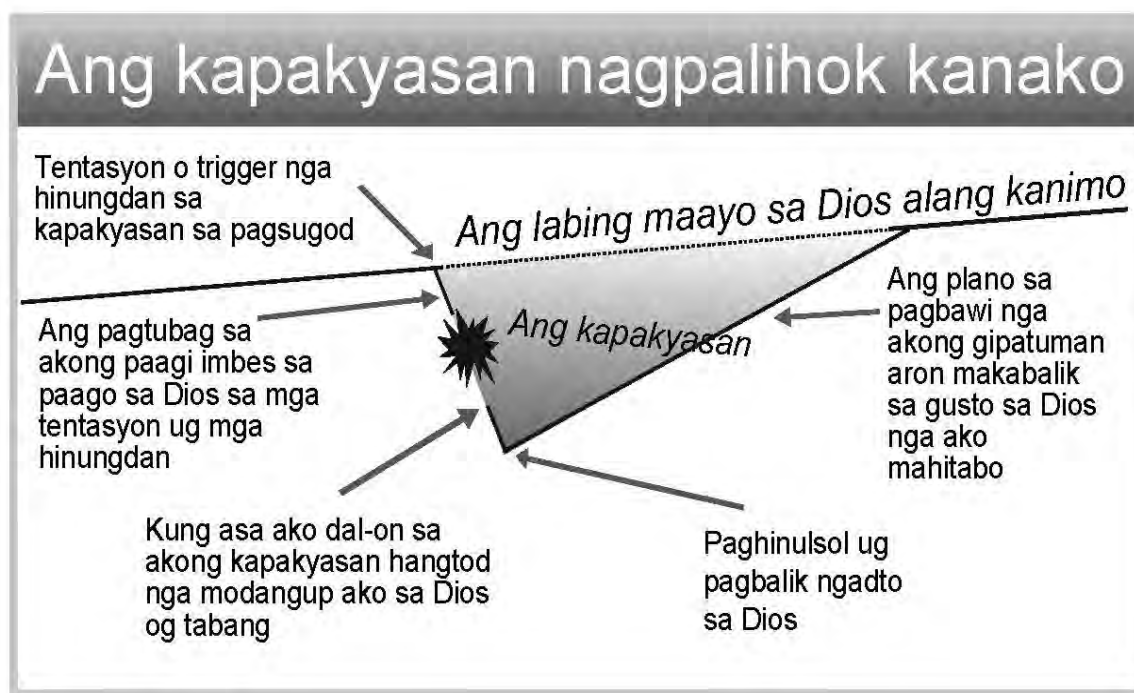
Roma 12:2 Maayong Balita Biblia

Ayaw kamo pagpahiuyon sa pamtasan niining panahona. Ipabag-o hinuon sa Dios ang inyong kaugalingon pinaagi sa pagbag-o sa inyong panghunahuna aron masayran ninyo ang kabubut-on sa Dios—unsay maayo, hingpit ug makapahimuot kaniya.

4. Ang kapakyasan nagpalihok kanako

Ang kapakyasan makapausab sa imong kinabuhi. Naghisgot kami bahin sa dagkong mga butang dinhi. Ang pagsul-ob sa sayop nga medyas karon dili makaguba sa imong kinabuhi. Apan ang pipila sa imong mga kapakyasan makaapekto kanimo sa usa ka importante nga paagi. Dili ka makabalik sa panahon ug papason ang kapakyasan o ang mga epekto niini sa imong kinabuhi o sa kinabuhi sa uban nga naapektuhan sa imong kapakyasan.

Ang matag kapakyasan gi-lock sa oras. Dili nimo mabag-o ang nangagi, apan mahimo nimong usbon kung giunsa nimo pagtubag sa umaabot. Mahimo kang makabangon gikan sa imong kapakyasan, makahibalo kon asa ka, ug maka-ila sa paagi sa Dios sa pagbalik kung asa ka Niya gusto.



Ang istorya sa sala ni David uban ni Bathsheba naghatag og klaro nga ehemplo kon sa unsang paagi kini nga kapakyasan nakaapekto kaniya. Si David dili makabalik sa panahon ug buhion pag-usab ni Urias (ban ani Bathsheba). Apan si David misugid sa iyang sala, ug unya naninguha sa pagbuhat sa matarung nga mga butang sa pagtubag sa unsay gusto sa Dios nga sunod niyang buhaton. Wala siya magpadayon nianang dalan sa sala.

Ang kapakyasan ni Adan yg Eba sa Tanaman sa Eden nakapausab sa ilang posisyon sa kinabuhi. Sa pagkatinuod, ang ilang kapakyasan nakaapekto sa tibuok kalibotan. Naabot sila sa gawas sa garden. Ang paagi sa Dios gikan sa ilang kapakyasan wala ma-apil sa kahigayonan nga makabalik sa Tanaman sa Eden.

Usahay ang mga sangpunatan sa imong kapakyasan mahimong moresulta sa permanenting mga pagbag-o sa imong kinabuhi. Dili na nimo mabalik ang mga butang kung unsa sila kaniadto. Apang ang Dios kanunay adunay paagi aron makabalik ka sa hustong relasyon uban Kaniya, ug dayon magpadayon sa imong kinabuhi ug buhaton kung unsa ang gusto Niya nga imong buhaton.

B. Pagpuyo sa usa ka himsog nga estilo sa pagkinabuhi

Kung unsaon pagtubo pinaagi sa kapakyasan labaw pa sa pagkat-on sa mga leksyon gikan sa atong kapakyasan aron dili kita magpabilin sa maong dapit sa kapakyasan. Labaw pa kin isa pag-ayo sa naguba sa atong kinabuhi.

Ug sa dihang kita moingon, “pagpuyo sa usa ka himsog nga estilo sa pagkinabuhi,” kita naghisgot mahitungod sa labaw pa kay sa pisikal nga panglawas—ang pagkaon nga imong gikaon, ang pag-ehersisyo. Naghisgot kita bahin sa panglantaw sa Dios sa himsog nga kinabuhi—pisikal nga kahimsog, kahimsog sa pangisip, kahimsog sa emosyon, kahimsog sa espirituwal, kahimsog sa relasyon, ug uban pa.

Gusto sa Dios nga masinati nimo ang kinabuhi sa hingpit—kanunay Siya adunay plano sa imong kinabuhi, usa nga puno sa paglaum, usa nga puno sa potensyal. Ang pagtubo pinaagi sa kapakyasan nagpasabut nga motubo lapas sa kapakyasan—pagtubo ngadto sa bag-ong kinabuhi nga gitagana sa Dios alang kanimo. Ania kung unsa ang gisulti ni Hesus bahin niini nga proseso sa pagtubo.

Mateo 5:48 Maayong Balita Biblia

Kinahanglang magmahingpit kamo ingon nga hingpit ang inyong Amahan nga atua sa langit.

Ang malampuson nga pagpuyo dili mahitungod sa pagpalambo sa usa ka independent nga kinabuhi sa imong kaugalingon lamang—kalampusan nga base sa imong kaugalingong mga paningkamot. Ang tinuod nga kalampusan mao ang mahitungod sa pagdiskobre kon unsay kahulogan sa pagkinabuhi diha sa relasyon uban ni Hesus. Ang pagdiskobre ug pagpuyo sa kinabuhi nga gusto Niya nga imong ikinabuhi—mahimong tanan nga Iyang gihimo para kanimo.

1. Kinahanglan nakong madiskobrehan ang plano sa Dios sa akong kinabuhi

Bisag unsa ka dako ang mga kapakyasan sa imong kagahapon, ang Dios adunay plano para sa imong kaugmaon—usa ka maayong plano. Kinahanglan nimong hatagan og prayoridad ang pagdiskobre sa plano sa Dios alang sa imong kinabuhi ug pagkinabuhi niini matag adlaw.

Jeremias 29:11 Maayong Balita Biblia

Ako lamang ang nasayod sa akong mga laraw alang kaninyo: sa paghimo kaninyong mauswagon inay maalaot ug paghatag kaninyog kaugmaon nga inyong gipangandoy.

Efeso 2:10 Maayong Balita Biblia

Mga binuhat kita sa Dios. Ug gibuhat kita niya diha kang Cristo Jesus aron magbuhat kita sa maayo nga maoy iyang tuyo alang kanato.

Dili lang kini bahin sa pagdiskobre kung unsang agianan sa trabaho ang gihatag sa Dios alang kanimo—kini bahin usab sa gagmay nga mga butang matag adalw. Pagkat-on kin isa pagtan-aw sa Dios sa adlaw-adalw nga rutina ug pagsugod sa pagsabut kung unsa ang makapahimuot Kaniya. Siyan ga makigsulti ka Kaniya, aron magpasalamat.

Ang pagdiskubre sa plano sa Dios para sa imong kibahuni nagpasabut nga ibutang ang tanan nimong mga damgo ug mga plano sa Iyang tiilan ug moigon, “Dios andam ako sa pagbuhat sa bisan unsa nga gusto nimo nga akong buhaton sa akong kinabuhi.” Ang pinakamaayong kaugmaon sa imong kinabuhi mao ang pagsunod sa plano sa Dios.

2. Pagpalambo sa mga disiplina sa pagkinabuhi alang kang Hesus

Kinahanglan ka nga maghimo usa ka pasalig nga buhaton ang labi pa sa paggawas sa krisis nga gipahinabo sa imong kapakyasan. Kinahanglan ka nga mopasalig sa pagkinabuhi sa bag-ong kinabuhi nga gitagana sa Dios alang kanimo.

Kining bag-ong kinabuhi nga gitawag ni Hesus nga imong ikinabuhi nagkinahanglan og disiplina—adlaw-adalw nga pagdisiplina—ug alang sa uban kini usa ka mas dako nga hagit nga makalingkawas sa mga problema nga nahimo sa atong mga kapakyasan.

Giklaro kini ni Hesus sa dihang naghigot Siya kong unsay ipasabut sa pagkahimong Iyang disipulo—nagpasabut kin isa pagsunod Kaniya. Ang pulong nga “disipulo” gikan sa “disiplina.” Ang Dios nangita kanato aron makahimo og pagpili—kon ikaw mahimong Iyang disipulo, ug mosunod Kaniya, kinahanglan ka nga mohimo og lawom nga pasalig. Seryoso kini, dili usa ka butang nga tagdon nga gamay ra.

Ang pagsunod kang Hesus kinahanglan nga mahimong panguna nga prayoridad sa imong kinabuhi.

Lucas 14:25-27 Maayong Balita Biblia

Dihay dakong panon sa mga tawo nga mikuyog kang Jesus, ug miatubang siya kanila ug miingon, “Kinsa kadtong moari kanako nga dili magdumot sa iyang amahan ug inahan, sa iyang asawa ug mga anak ug mga igsoon ingon man sa iyang kaugalingon, dili mahimong akong tinun-an. Ug kinsa kadtong dili mopas-an sa iyang krus ug mosunod kanako dili mahimo nga akong tinun-an.”

Ang imong background sa pamilya mahimong usa sa mga bahin nga nangihanglan og maampingon nga pagsusi. Ang pagtan-aw sa usa sa “normal nga pagkinabuhi” kasagarang maapektuhan pag-ayo sa paagi nga ikaw gipadako. Daghan ang gipadako sa mga pamilya nga dili kaayo magamit. Wala silay tinuod nga konsepto kon unsa ang hitsura sa “normal nga himsog nga pagkinabuhi gikan sa panglantaw s Dios.”

Mahimong anaay pipila ka mha pamatasan og kinaiya nga parte sa imong pamilya ang kinahanglan nimong baliwalaon sa imong pag-sunod diha kang Hesus. Ang pagdawat sap ag-ong kinabuhi nga gihatag ni Hesus kanimo mamahimong dili sama sa paagi sa pag-padako kanimo.

Ang pagsunod kang Hesus nagpasabot pod sap ag-usab sa imong mga kinaiya og pamatasan. Dili dili mahimo lamang sa usa ka pag-ampo. Nagkinahanglan kini og adlaw-adlaw nga pagpaningkamot sa pagbuhat o pagsunod sa mga gipanudlo sa Ginoo sa imong kinabuhi—ug andam Siyang ihatag ang gahum aron mahimo nimo kini.

Ang Efeso 4:1-3 ug Efeso 4:17-32 nagpasabot kung unsa nga inadlaw nga proseso. Kinahanglan natong “kuhaon” o isalikway ang karaang makasasal nga magkinabuhi. Kini parte sa pagdidiplina sa bag-ong kinabuhi uban si Hesus.

Hebreo 12:1 Maayong Balita Biblia

Busa, kay gilibotan man kita niining dakong pundok sa mga saksi, isalikway ta ang tanan nga nakababag kanato ug ang sala nga naghawid kanato pag-ayo. Daganon ta nga matinud-anon ang lumba nga atong gisalmotan.

Dili lamang nimo responsibilidad ang pag-wagtang sa mga babag sa imong kinabuhi, responsibilidad pod nimo ang “pag-butang” o pag-dungag sa imong kinabuhi sa mga positibo nga kinaiya ug pamatasan nga marka sa usa ka maayo nga disipulo ni Hesus. Ang Efeso 4 nga bersikulo naghatag og detalyado nga pananglitan sa kini nga mga kwalidad nga kinahanglan palambo-on sa imong kinabuhi.

Kadaghanan sa mga Kristiyano kay nakadayeg sa mga gasa ug talent sa ubang tawo. Apan ang Bibliya nag klaro nga ang Dios ang naghatag niining mga gasa nga ana sa mga tawo. Kung ikaw makadayeg sa gasa sa ubang tawo, ang Ginoo ang imong dayegon, kay Siya ang naghatag niana.

Ang atong dayegon mao kung unsa ang mga gasa ang mahatag sa tawo ngadto sa Ginoo—kini dapat ang imong kinaiya. Sa imong adlaw-adalaw nga pagpangita ug pagkinabuhi sa mga pagsulay isip usa kka disipulo ni Hesus—dili kini simple lang ang listahan sa angay’ng buhaton ug buhaton—kini nagpahimsog sa personal nga relasyon diha kang Hesus. Pag-pukos sa pagpalambo sa mga diosnong kinaiya ug imong masinati ang kadato, nga kinabuhi nga gi-andam sa Ginoo alang kanimo.

3. Paghimo og mga utlanan alang sa imong himsog nga pagkinabuhi

Ang himsog nga pagkinabuhi nagbasabut nga adunay himsog nga mga utlanan sa imong kinabuhi. Usa sa labing maayo mao ang *Boundaries: When to Say YES, When to Say NO To Take Control of Your Life*, ni Dr. Henry Cloud ug Dr. John Townsend. Gipatin-aw nila nga ang mga utlanan labaw pa sa usa ka lista sa mga lagda—kini mga giya nga gipasalig nimo nga sundon ingon usa ka paagi sa pagpanalipod sa imong kaugalingon gikan sa kadaot sa gawas ingon man pagtago sa imong kaugalingon sa luwas nga lugar.

Ang mga utlanan dili usa ka prisohan aron kawatan ang imong kagawasan. Sukwahi gyud. Ang mga utlanan nanalipod kanimo aron ikaw mahimong gawasnon sa pagpuyo sa kinabuhi nga gusto sa Dios nga imong puy-an. Ang ubang tawo moingon, “Gusto ko nga gawasnon. Ang pasabot nga walay mga pagdili.” Apan gipakita sa maong tawo nga gamay ra ang ilang nahibaloan bahin sa tinuod nga kagawasan.

Gikinahanglan ang disiplina aron mapalambo ang mga utlanan, ug dayon magpuyo sa sulod niini matag adlaw. Nakatabang sila nga mapadayon ka nga naka-pukos sa kung unsa gyud ang importante sa imong kinabuhi. Kini nga mga utlanan makasagubang sa tanang bahin sa imong kinabuhi—sa imong pamilya, imong mga higala, imong kapikas sa kinabuhi, imong mga anak, imong trabaho, sa Dios, ug imong kaugalingon.

Si Jose Martinez migraduwar sa Teen Challenge, mibiya sa usa ka kinabuhi sa pagkaadik sa droga. Samtang nag-ampo siya, nangutana siya sa Dios kon unsay angay niyang buhaton, miingon siya nga gisultihan siya sa Ginoo nga dili na mobalik sa iyang karaang kasilinganan. Si Jose mipadayon sa pagpaambit nga napulo ka tuig una siya gihatagan sa Dios ug kagawasan aron makabalik sa iyang daan nga pinuy-anan.

Mahimong moingon ang uban, unsa may problem ani Jose? Morag luya man kaayo siya! Ang tinuod nga punto dinhi mao nga si Jose nagsaysay niini nga istorya 20 ka tuig ang milabay—karon siya us ana ka pastor ug misyonaryo, ug usa na siya ka bana ug amahan sa usa ka diosnon nga pamilya. Ang mga utlanan makatabng kanimo nga motubo aron mahimong tanan nga naa sa Dios alang kanimo.

Daghan sa mga kapakyasan sa nangagi mahimong mapugngan sa umaabot kon ikaw magpalambo og mga utlanan base sa kamatuoran sa Dios ug magkinabuhi sulod niini kada adlaw.

C. Paghimo og mga lakang aron mapugngan kana nga kapakyasan pag-usab

Ang tinuod nga pagtubo nagpasabut sa pag-atubang sa mga problema ug kapakyasan sa imong kinabuhi. Ang tinuod nga pagtubo nagpasabot sa paggakos ug pagkinabuhi sa himsog nga kinabuhi nga gihatag sa Dios kanimo. Pipila ka bag-ong mga Kristohanon nag-ingon, “Karon nga anaa na si Hesus sa akong kinabuhi, ako moalagad Kaniya sa tibuok nakong kinabuhi. Dili na ako mobalik sa akong daan nga paagi sa pagkinabuhi ug balikon ang mga kapakyasan sa akong kagahapon.”

Mahimong espirituhanon kana, apan klaro nga dili kini usa ka timaan sa pagkahamtong. Ang tawo nga nag-ingon nga dili na sila mapakyas pag-usab wala magkinabuhi sa tinuod. Ang tawo nga hugot nga naggunit sa reyalidad nga nag-ingon, “Gawas kon tabangan ako sa Dios, seguridad ako nga mapakyas. Kung sulayan nako nga magkinabuhi sa akong kaugalingon nga kusog, sigurado ako nga maguba ra kini.”

Kung gusto nimo nga adunay kadaugan sa umaabot kinahanglan nimo nga ilhon ang imong mga kahuyang ug ilhon usab nga nagpuyo ka sa usa ka kalibutan nga giyera—usa ka espirituhanon nga gubat. Si Satanas nagtinguha sa paglaglag kanimo. Dili siya patas nga makig-away. Bakakon siya. Siya mosulay sa paglimbong kanimo ug sa pagpalayo kanimo gikan sa labing maayo sa Dios alang kanimo.

Apan labaw pa sa espirituwal nga mga pag-atake nga naggikan kang Satanas, kita nag-atubang usab ug mga problema ingong normal nga bahin sa kinabuhi. Ang matag problema usa ka bag-ong oportunidad nga mapakyas—o atong magamit ang kamatuoran sa Dios sa matag problema ug magpadayon sa pagtubo. Ang kinabuhi labaw pa sa mga problema, apan usa sa labing makatabang nga mga paagi sa pag-andam alang sa usa ka malampuson nga kaugmaon mao ang pagmatinud-anon bahin sa imong panginahanglan sa tabang sa Dios aron maatubang ang umaabot.

1. Paghimo og plano sa paglikay sa pagbalikbalik

“Basta gihigugma nako si Hesus, maayo na ako” ingon sa usa ka batan-on. Ang paghigugma kang Hesus importante, apan kadaghanan kanato nagkinahanglan ug dugang espesipik nga plano aron mapanalipdan kita gikan sa umaabot nga kapakyasan. Ang tibuok nga katuyoan sa paghiusa sa usa ka plano sa paglikay sa pagbalik mao ang pagtabang sa pagpataas sa atong kahibalo sa mga kapeligrohan nga anaa sa unahan.

Pagbalikbalik

Pagbalik sa daan nga mga sumbanan sa kapakyasan.

Sa mga tuig saw ala pa ang 2001, si Mayor Rudy Giuliani sa New York City migahin ug daghang panahon ug salapi sa pagbansay sa mga trabahante sa siyudad alang sa posibleng umaabot nga mga katalagman. Gisaway kini sa pipila ka tawo ingong pag-usik sa panahon ug kuwarta—angtod sa Septiyembre 11, 2001. Sa dihang giatake sa mga terorista ang New York City, gisunod ang mga plano ug daghang kinabuhi ang nakalas ingong resulta.

Kinahanglang gamiton nato ang kamatuoran sa Dios sa pag-ila sa mga problema nga lagmit mahitabo sa atong umaabot. Kinahanglan natong tun-an ug panganfaman ang mga paagi sa pagpugong niini nga mga problema gikan sa pagpabug-at kanato. Kinahanglang magplano kita kon unsaon nato sa pagtubag kon kini nga mga tintasyon moabut.

Dili kini usa ka butang nga angay lang hunahunaon. Kinahanglan nimong isulat ang imong plano sa pagpugong sa pagbalik. Kini nga plano kinahanglan nga usa ka butang nga imong gibasihan kanunay—bisan sa matag adlaw.

Usa ka batan-ong lalaki napakyas sa bahin sa sekswal nga sala. Isip usa ka bahin sa iyang plano sa pagpugong sa pagbalik-balik naghimo siya og usa ka listahan sa 30 ka rason ngano nga dili na niya gusting mobalik sa maong makasasalang kalihokan kada buntag sa iyang pagbangon, basahon niya og kusog ang maong listahan sa iyang kaugalingon.

Dili kini ang kinatibuk-ang solusyon alang niining batan-ong lalaki—usa lamang kini ka bahin sa iyang plano sa paglikay sa pagbalik-balik.

Ang laing kalihokan nga makatabang sa pagpugong sa pagbalik mao ang paghunahuna pag-ayo sa mga sangputanan sa kapakyasan. Tingali kon si Haring David migahin pa og panahon sa pagkonsider sa mga sangputanan sa iyang sala sa gabii nga iyang nakita si Bathsheba, makaamgo unta siya nga ang pipila ka minute sa kalipay dili takus sa talagsaong trahedyang mosunod kon siya mopili sa pagpakasala.

Ang imong plano sa paglikay sa pagbalik kinahanglan nga ma-apil ang usa ka lista sa mga sintomas o sinyales nga moabut ang kasamok kung dili ka magbag-o. Ang uban motab-aw sa alcohol ug moingnon, “Siya mibalik karon, tungod kay misugod na usab siya sa pag-inom karong adlaw.” Apan ang pagbalik-balik wala magsugod karong adlaw—asunay daghang mga lakang sa pagkuha nianang unang pag-inom—usa ka pagtuon sa pagsuhisyon nga adunay 37 ka kasagarang mga lakang sa pagbalik-balik. Tan-awa ang pahina 54-66 sa libro nga, *Counseling for Relapse Prevention* ni Terence T. Gorski & Merlene Miller (Herald House—Independence Press).

A relapse prevention plan needs to identify areas of weakness in your life and put specific action steps in place to protect you from failure and keep you on the road to recovery—the road God wants you to follow.

2. Ilha ang mga potensyal nga hinungdan

Usa sa mga susi nga lakang aron mapugngan ang umaabot nga kapakyasan mao ang pag-ila sa mga hinungdan nga mitultol sa mga kapakyasan sa imong nangagi. Kini mahimong bisang usa—kini mahimong usa ka tawo. Ang pagpakig-uban lang nianang tawhana nagbutang kanimo sa usa ka dapit sa pagkahuyang. Mahimong usa kini ka lugar—ilabi na ang usa nga bahin sa imong estilo sa kinabuhi kaniato diin nahitabo ang imong sala ug kapakyasan. Ang usa ka hinungdan mahimong usa ka manimaho, usa ka hunahuna, usa ka hulagway, usa ka kanta, usa ka makapaguol, usa ka sweldo, usa ka pagbati—kasuko o kawalay kadasig. Ang bisan unsang butang mahimong hinungdan sa imong kinabuhi.

Kinahanglan nimong mailhan ang imong potensyal nga mga hinugdan—isulat kini. Dayon sugdi ang pagpangita sa paagi sa Dios sa pagtubag niana nga hinugdan. Kini tingali usa ka paglayas, sama sa gibuhat ni Joseph sa Daang Tugon. Mahimong magpabilin kini sa kamatuoran sa Dios, sama sa gibuhat ni Hesus sa Mateo 4 sa dihang gitintal Siya ni Satanas sa pagpakasal.

Kini nga mga hinungdan mahimong magsugod nfa mawad-an sa ilang gahum kanimo samtang ikaw mopasaligm sa pagsunof sa paagi sa Dios sa pagtubag niini.

3. Pagpalambo og mga relasyon sa pagkamay-tulubagon

Kung imong mapugngan ang kapakyasan sa imong kaugmaon, kinahanglan nimo nga adunay mga relasyon sa pagkamay-tulubagon. Kinahanglan nimo nga adunay usa o daghang mga tawo nga imong gihatagan og pagtugot nga hingpit nga matinud-anon kanimo bahin sa ilang nakita sa imong kinabuhi. Mahimo nimong ipasanut kung unsang mga bahin sa imong kinabuhi ang gusto nimo nga tubagon.

Kinahanglan nimo nga makigkita sa kini nga tawo kanunay ug kinahanglan nila nga pangutan-on ka sa ispisipik nga mga pangutana ug maghulat alang kanimo nga maghatag ug tubag.

Kini nga matang sa usa ka relasyon molihok lamang kung ikaw pasalig nga mahimong matinud-anon kanila. Dali ra nimo matago ang kamatuoran gikan kanila. Pero kinsa imong gipasakitan? Imong kaugalingon!

Ang pagbaton ug relasyon sa pagkamay-tulubagon uban sa usa ka luwas nga tawo importante aron ikaw magpadayon sa pagtubo. Dili kini usa ka butang sulod sa pipila ka semana human ka mapakyas. Ang mga relasyon sa pagkamay-tulobagon usa ka importante nga bahin sa kinabuhi sa bisan kinsa nga gusto nga magpadayon sa pagtubo.

Ang kapakyasan dili lang problema sa bag-ong mga Kristohanon. Daghang mga lider nga nag-alagad sa Dios silod sa daghang katuigan naghatag ug makapasubong mga pananglitan kon sa unsang paagi ang kapakyasan makaapekto sa mga tawo sa bisan unsang edad. Usa ka komon nga kinaiya alang sa kadaghanan niini nga mga lider nga napakyas mao nga sila walay mga relasyon sa pagkamay-tulobagon sa ilang mga kinabuhi.

Konklusyon

Ang Dios adunay maayong kaugmaon alang kanimo, u gang paglambo pinaagi sa kapakyasan kabahin sa hagit nga atong giatubang. Ang balance nga pagtubo sa tanan nga bahin sa imong kinabuhi mao ang susi sa usa ka malampuson nga Kristohanong kinabuhi.

Kung ang usa ka tawo mogugol sa tanan niyang oras sa pagpauswag sa iyang pisikal nga lawas ug wala'y mahimo aron motubo sa sikolohikal o espiritwal nga paagi siya padulong sa kasamok. Kinahanglan adunay balance tali sa espirituhanon nga kalibutan ug pisikal nga kalibutan. Kinahanglan natong tun-an nga ibutang sa hunahuna kining duha sa dihang mosanong kita sa matag sitwasyon nga atong maatubang.

Ang kinabuhi ni Hesu-kristo maoy usa ka hingpit nga ilustrasyon sa usa ka balancing kinabuhi. Ang balance nga pagtubo mao ang susi sa usa ka lamapuson nga Kristohanong kinabuhi. Ang Balaang Espiritu makatabang kanimo nga molambo sa matag problema ug kapakyasan aron mahimo kang malampuson nga Kristoanon. Dili nimo kini mahimo gawas kon adunay motabang kanimo.

Kapitulo 4

Pagbalikbalik

Si Chris mibalik sa paggamit og droga sa adlaw nga iyang nahuman ang usa ka programa mahitungod sa pagtambal sa adiksiyon. Busa kanus-a nagsugod ang iyang pagbalik-balik?

Usa ka batan-ong amahan, si Joe, mibalik pag-usab paglipas sa unom ka tuig pagkahuman sa usa ka programa mahitungod sa pagtambal sa adiksiyon. Sulod sa pipila ka semana sa iyang pagbalik sa paggamit sa droga, misulod siya sa Teen Challenge alang sa usa ka panahon sa pagpasig-uli. Gipahayag ni Joe nga sa unom ka tuig nga wala’y droga, gobati niya nga dili siya komportable. Sa dihang high siya sa droga normal lang ang iyang gibati. Mao nga parehas ba ang kasinatian ni Joe ug sa uban?

Pagbalikbalik

Pagbalik sa daan nga mga sumbanan sa kapakyasan.

Si Dianne naggikan sa dakong pamilya, ug kadaghanan sa iyang mga igsoong lalaki ug babaye mga adik sa droga. Miadto siya sa usa ka programa sa detox ug mihunong sa paggamit og droga, ug miadto sa usa ka program sulod sa 30 ka adlaw. Pagkahuman niini nga programa nagpadayon siya sa disiplina sa pagpalayo sa droga, pagkaon ug husto, pagpahulay, ug pagkinabuhi nga himsog. Apan gibati gihapon niya ang kahaw-ang sa sulod.

Sa dihang nakigsulti siya sa iyang magtatambag mahitungod niini nga kahaw-ang siya miingon, “Oh, kinahanglan ka lang nga makakat-on unsaon pagkinabuhi niana.” Maayo na lang kay gisultihan siya sa usa ka higala ni Dianne kung giunsa pagpuno ni Hesus kana nga kahaw-ang ug si Dianne mihimog usa ka desisyon nga ihatag ang iyang kinabuhi kang Hesus. Sa wala madugay ang kahaw-ang napuno sa tinuod nga kalipay ug tinuod nga kalinaw. Paglabay sa 20 ka tuig si Dianne nagkinabuhi gihapon nga gawasnon sa droga, ug nahigugma gihapon kang Hesus.

Busa unsay nalahi niining tulo ka tawo? Ngano nga ang pagbalik-balik makaapekto sa mga tawo sa lahi nga paagi? Unsa ang hinungdan sa pagbalik? Sa unsang paagi kini mapugngan? Unsa ang sayon ga pasidaan nga mga timailhan sa pagbalik? Unsa ang imong buhaton kung mahitabo ang pagbalik?

Kini ang pipila sa mga pangutana nga atong hisgotan niini nga kapitulo, Importante nga hinumdoman nga ang Dios labaw pa sa bisan unsang adiksiyon o problema sa pagkontrol sa kinabuhi. Siya adunay mga solusyon sa tanan nga mga problema nga atong atubangon sa atong kinahuni. Sa presensya sa tanan niini nga mga problema, Siya gihapon nag-gunit sa saad nga Siya dili gayud mobiya kanato.

Mahuka nato ang tin-aw nga hulagway sa kabalaka ni Hesus bahin niini nga isyu sa dihang atong tan-awon ang iyang gisulti sa usa ka tawo nga bag-o lang niyang giayo.

Juan 5:14 Maayong Balita Bibliya

Human kini mahitabo, hitagboan ni Jesus ang tawo didto sa templo ug miingon si Jesus kaniya, “Tan-awa, naayo ka na. Ayaw na pagpakasala aron dili ka mahiagom sa labi pang mangil-ad nga hitabo.”

Kung gitabangan ka ni Hesus sa pagbuntog sa nangaging mga kapakyasan, ayaw usiki ang tanan niyang nahimo ug balik sa imong makasasalang mga paagi. Gihimo kini ni Hesus nga punto sama sa iyang maghisgut sa tawo nga gipalayas ang demonyo, apan kadtung tawhana wala gitugot ni Hesus nga makasulod ug pun-on ang ilang kinabuhi.

Mateo 12:43-45 Maayong Balita Bibliya

“Kon ang usa ka daotang espiritu mogula gikan sa usa ka tawo, magsuroysuroy siya sa mga dapit nga mamala ug mangitag iyang kapahulayan. Kon wala siyay hikitan, moingon siya sa iyang kaugalingon, ‘Mobalik lang ko sa akong gipuy-an kaniadto.’ Busa mobalik siya ug makaplagan niya kini nga wala puy-i, limpyo ug ang tanang kasangkapan maayong pagkapahimutang. Unya mogula siya ug mobalik nga magdalag laing pito ka espiritu nga labi pang daotan kay kaniya ug manulod sila ug mopuyo didto. Busa, sa kataposan, kadtong tawhana molabaw pa kadaotan kay sa sinugdan. Mao usab unya kini ang dangatan niining daotang katawhan.”

Kinahanglang magmaninantayon kita sa pagdawat sa tanang tabang nga gihatag ni Hesus kanato. Andam siya sa pagtabang, bisag kita mapandol.

A. Pito ka rason ngano ang pagkaayo dali’ng mahimo nga pagbalik

1. Madyik nga panghunahuna

Sayon ra kaayo tuohan nga ang tanan nimong mga problema masulbad kung wala ka nagsakit karon. Ang madyik nga panghunahuna usa ka dakong problema sa kadaghanan. Kung nakaagi na sila sa dihha-diha nga krisis nga namugna sa ilang kapakyasan o pagkaadik, ilang Nakita nga kini usa ka timaan nga maayo ang tanan. “Ok ra ko. Makaya nako kini nga ako lang. Nakalingkawas na ako.” Apan wala sila makahimo ug tinuod nga mga lakang sap ag-atubang sa mga hinungdan sa ilang nangaging mga kapakyasan.

2. Paglikay sa kinaiyahan batok sa tinuod nga pagbag-o

Ang adik nga moadto sa usa ka programa sa pagbawi mahimong maputol ang siklo sa pisikal nga paggamit. Dili na makakuha sa mga tambal, sila moagi og detox ug malimpyohan ang ilang lawas sa mga droga.

Apan ang pag-agi lang sa proseso sa detox dili ang kinatibuk-ang solusyon alang sa usa ka adik nga tawo sa droga—usa kang kin isa unang mga lakang sa pagkaayo. Ang tinuod nga pagbag-o usa ka lawom nga proseso kaysa sa dili pag-gamit og droga karon.

Alang sa pipila ka mga tawo, ang ilang pag-apil sa usa ka programa sap ag-ayo sa droga mao ang paglikay—wala sila mogamit tungod lang kay wala silay makagamit nga droga. Apan sa diha nga sila mobiya sa programa sa pagbawi sila mobalik sa paggamit sa pipila ka oras, adlaw o semana. Ang tinuod nga pagbag-o labaw pa sa paglikay sa kinaiyahan.

3. Daang mga higala

Usa sa dal inga mga agianan sa pagbalik mao ang pagkonekta pag-usab sa daan nga mga higala sa diha nga makompleto nimo ang imong programa. Ang tinuod nga pagkaayo na-apil sa lisud nga mga pagpili, ug ang usa niini naghigot kon unsaon nimo pagpakig-uban sa imong mga higala kaniadto. Nagkinahanglan ug tinuod nga pasalig nga pillion nga putlon kining daan nga mga panaghigalaay ug tinguhaon ang mga bag-o uban ang pag-uyon sa Dios.

4. Karaang mga estratehiya sa pagsulbad sa problema

Ang mga problema magpadayon nga mahimong dakong bahin sa imong kinabuhi—samtang anaa ka sa programa sa pagbawi ug sa imog pagbiya. Usa sa mga nag-unang rason nga ang mga tawo malit-ag sa mga problema ug pagkaadik mao ang mga estratehiya nga ilang gigamit sa pagtubag niini nga mga problema. Kung magpadayon ka sa paggamit niining mga daan nga mga sumbanan sa pagtubag, lagmit nga mobalik gyud ka.

Kon ang imong mga kapakyasan sa miagi maoy hinungdan sa imong tensiyon, nakakat-on ka baba gayod sa pag-atubang sa maong kapit-os sa bag-ong paagi—sa paagi nga gusto sa Dios nga imong atubangon? Usa ka batan-ong Kristohanon ang malampusong nakompleto sa Teen Challenge, ug nag-drive pauli gikan sa usa ka interbyu sa trabaho sa laing lugar. Naguba ang iyang sakyanan, ug uban sa tanang tensiyon sa higayon nga nabalik siya sa iyang daan nga pamaagi sap ag-atubang niini, ug miadto ug nahubog.

Usa sa labing importante nga mga lakang sa pagkaayo mao ang pagkat-on og bag-ong mga paagi sa pagtubag sa mga problema. Kini makuha sa tabang lamang sa Dios.

Panultihon 3:5-6 Maayong Balita Bibliya

Salig sa GINOO sa bug-os mong kasingkasing. Ayaw gayod pagsalig sa imong kaalam. Hinumdomi siya sa tanan mong buhaton ug tultolan ka niya sa matarong nga dalan.

5. Ang pagkapakyas sa paggamit sa gahum sa Dios

Ang pagbalik-balik mahitabo kon ikaw mosulay sa pagpuyo sa imong kaugalingong gahom o kusog. Kung magkinabuhi ka sa pagkaayo, kinahanglan nimong ilhon ang imong kaugalingon nga mga kahuyang ug magkat-on unsaon pagsalig sa gahum sa Dios sa matag adlaw. Nagkinahanglan kini og labaw pa sa impormasyon sa imong ulo.

6. Wala masulbad nga mga problema

Ang pagbalik dali mahitabo kung adunay mga problema nga wala pa masulbad. Tingali hawud kalang motago niini samtang anaa ka sa usa ka programa sa pagbawi, apan kung dili nimo kini atubangon, kana makapadali lamang sa pagbalik sa umaabot.

7. Pagbahinbahin sa akong kinabuhi

Ang mga sekreto maoy usa ka bahin sa pagbalik-balik. Kung dili nimo itugyan ang imong tibuok nga kinabuhi kang Kristo, anaa ka sa dalan sa pagbalik sa imong kapakyasan. Mahimo kang abre kaayo sa pagtugot sa Dios sa pagtabang kanimo sa pipila ka mga bahin sa imong kinabuhi, apan sa gihapon magpadayon sa ubang mga bahin. Sayon ra kaayo ang pag-set up sa lain-laing mga lugar sa imong hunahuna—kini nga lugar abre sa Dios, ug kini ang akong kaugalingon nga gamay nga probadong lugar.

Among gitan-aw ang pito ka lain-laing mga rason ngano nga ang pipila ka mga tawo dali nga mibalik, ug mobalik sa ilang daan nga mga paagi sa pagkinabuhi nga adunay kapakyasan. Bisan pa, dili tanan nga pagbalik mahitabo sa usa o duha ka adlaw. Ang ubang mga tawo hinayhinay nga nagtugot sa gagmay nga mga butang sa ilang kinabuhi nga nagsugod sa hilo sa ilang kaugalingon. Sulod sa mga bulan o bisan mga tuig, sila naanod gikan sa gugma nga ilang nabatonan kaniadto alang kang Hesus. Atong tan-awon pag-ayo ang pagbalik ug unsa ang hinungdan niini.

B. Unsa ang hinungdan sa pagbalik?

Kung imong mabuntog ang pagbalik, o mapugngan ang pagbalik, kinahanglan nimong masabtan kung unsa ang hinungdan sa pagbalik sa imong karaang kinabuhi. Walay usa lamang ka hinungdan sa pagbalik-balik. Kini makasulod pag-usab sa kinabuhi sa usa ka tawo pinaagi sa daghang lain-laing mga agi-anan.

1. Dili ka makabalik kung wala pa nimo nasinati ang pagkaayo

Ang batan-ong lalaki nga mibalik sa paggamit og droga sa adlaw nga siya migawas sa programa adunay pangutana—nakasinati ba siya sukad og tinuod nga pagkaayo? Ang usa ka “uga nga palahubog” usa ka sagad nga maghulagway nga gigamit sa pagkaadik sa alcohol. Buot ipasabot nga ang tawo wala mag-inom og alcohol karon, apan sa sulod siya naghunahun gihapon sama sa usa ka adik sa alcohol. Ang iyang pagtan-aw sa kalibutan pinaagi gihapon sa panghunahuna sa usa ka adik sa alcohol.

Si Eddie usa ka batan-ong lalaki nga wala pa makaagi og programa sa pagkaayo sa droga. Sulod sa milabay nga tulo ka tuig siya naggamit og droga, apan dili adlaw-adlaw. “Mahimo kong mohunong bisan unsang orasa nga gusto nako,” ingon niya. Ug gibuhat niya kini—kasagaran sulod sa usa ka bulan sa usa ka higayon. Apan unya adunay nahitabo ug siya “nasayup” ug nakit-an ang iyang kaugalingon nga gagamit napod pag-usab.

Si Eddie wala magtan-aw sa iyang kaugalingon nga usa ka adik, tungod kay iyang gitandi ang iyang kaugalingon sa mga adik sa droga nga nagagamit sa droga kada adlaw. Apan sa pagkatinuod si Eddie dili magbalikbalik matag 30 ka adlaw, tungod kay wala pa gayud siya maulian. Si Eddie nagtuo sa Dios, ug miadto sa simbahan. Si Eddie maoy gitawag sa kadaghanan nga “karung nga adik.” Ang iyang pagkaadik tinuod—bisan tuod si Eddie dili motuo nga siya adik. Ug makalihok gihapon siya sa katilingban—makakuha gihapon siya og trabaho—aduna siyay tulo ka bag-ong trabaho sa miaging 12 ka bulan.

Ang pamilya ni Eddie dili kinahanglan nga mag-pukos sa iyang pagbalik-balik—kinahanglan nila nga dad-on siya sa usa ka kahimtang diin siya makakuha sa tabang nga iyang gikinahanglan aron matabangan ang pagkaadik niya.

Ang laing estudyante mibiya human sa Teen Challenge sulod sa duha ka adlaw. “Siya mibalik,” miingon ang usa sa ubang mga estudyante. Apan ang paggugol ug duha ka adlaw sa Teen Challenge dili makakopleto sa proseso sa pagkaayo.

2. Pagkapakyas sa pag-atubang sa mga problema sa nangagi

Adunay daghang mga indibidwal nga miagi sa usa ka programa sa pagbawi g naghimo sa tinuod nga pag-uswag sa ilang personal nga pagtubo. Anaa gyud sila sa dalan sa pagkaayo. Apan sa ilang pagbalik sa katilingban ug nag-atubang sa samang karaan nga mga problema, o mga bag-o, ilang nakaplagan ang ilang kaugalingon nga natanggong na usab sa kapakyasan, ug alang sa uban mibalik sa paggamit og droga.

Napakyas sila sa pagpalambo sa epektibo nga mga kahanas sa pagsulbad sa problema, ug mao nga nahibalik sila sa ilang karaan nga mga paagi sap ag-atubang sa mga problema, ug nakit-an ang kaugalingon nga ning balik sa ilang daan nga mga sumbanan sa pagtubag. Sa dili madugay ilang tambalan ang kasakit sa samang daan nga mga solusyon—ang mga tambal makawagtang sa kasakit ug makahatag ug kalinaw. Apan kini usa ka sayup nga solusyon ug ang temporary nga kahupayan nga gidala sa mga droga sa dili madugay makamugna og daghang mga problema.

Nagpasabut ba kini nga ang ilang oras nga gigugol sa usa ka programa sa pagbawi usa ka pag-usik? Kinahanglan ba nila nga moagi pag-usab sa tibuok nga programa? Tingali dili. Ang kinahanglan nilang buhaton mao ang pagpangayo og tabang sap ag-atubang sa mga problema nga padayong hinungdan sa ilang pagkapakyas. Mahimong adunay mga bahin sa ilang kinabuhi diin sila kinahanglan nga motubo aron sila mahimong malampuson nga gusto sa Dios nga mahimo nila. Bisan pa, alang sa uban, kini nga mga kapakyasan usa ka simtomang nga wala nila itugyan ang ilang kinabuhi ngadto kang Hesus ug gitugotan Siya nga mahimong Dios sa ilang kinabuhi. Hangtud nga mosurender sila kang Hesus, lagmit magpadayon sila sa dalan sa mas daghang kapakyasan.

3. Ang ubang mga adiksiyon ug mga problema nga nagkontrol sa kinabuhi

Ang uban nakahimo og tinuod nga pag-uswag sap ag-atubang sa usa ka adiksiyon sa kinabuhi. Apan silang gibaliwala ang ubang siryuso nga mga problema sa ilang kinabuhi. Kon kining ubang mga problema dili masulbad, kin isa dili madugay makaapekto sa tawo nga nakahaman sa usa ka programa sa pagkaayo sa adiksiyon sa droga. Kini nga mga problema mahimong pultahan sa pagdala niini nga tawo balik ngadto sa pagkaulipon diin kin isa dili madugay mahimong sayon nga mogamit og droga pag-usab.

Busa unsa ang kaugmaon alang miadtong natanggong sa adiksiyon? Aduna bay paglaum nga sila mahimong tinuod nga gawasnon? Ang mga saad sa Dios espesipik. Kanunay siyang maghimo og paagi sap ag-ikyas kon kita matintal. Ang iyang gahum labaw pa sa igo sap ag-atubang sa matag hagit sa kinabuhi.

Ang unang hinungdan ngano nga ang mga tawo nagbalikbalik mao nga wala sila nagkinabuhi sa husto nga relasyon uban ni Hesus. Kitang tanan kulang sa kahingpit. Pero kon sinsero ka sa pagtutok kang Hesus, tabangan ka Niya.

Mahimong mapungan ang pagbalik. Ang pagkaayo mahimong tinuod ug permanente. Atong tan-awon pag-ayo ang pagbalik ug pagkaayo.

C. Pagsabot sa pagbalikbalik

“Wala ko kabalo unsay nahitabo,” ingon ni Eddie. “Miadto ko aron bisitahon kining tawhana, ug saw ala pa ako mibiya, nag-droga ming duha.” Kung maminaw ka kang Eddis, murag misteryo nga wala siya nakasabot. Kung adunay sama ni Eddie motubag sa samang paagi sa iyang pag-pasabot, imong masigurado nga wala sila kasabot kung unsa ang pagbalik-balik o pagkaayo.

1. Unsa ang dalan ngadto sa adiksiyon?

Ang dalan ngadto sa adiksiyon kay puno sap ag-limbong. Ang tawo nga anaa sa dalan sa adiksiyon kay nagkinabuhi sa bakak nga pagtuo. Kadtong nakulong sa adiksiyon kay wala nila gi-atubang ang mga problema sa kung unsa ang gusto sa Ginoo alang kanila.

Kadtong nakulong sa adiksiyon kay nagpili sa mga butang nga makapalipay o katagbawan—apan bakak kini nga dalan—dili kini magdala sa tinuod nga kalipay. Kini panandalian lang.

Si Jeffrey VanVonderan gihulagway ang adiksiyon sa kini nga paagi: “Pagsalig sa kemikal [adiksiyon] kay usa ka status nga resulta nga nagadako ang pag-gamit sa kemikal aron ma-abot lang ang ilang gikinahanglan.” (*Good News for the Chemically Dependent*, Jeffrey VanVonderan, Thomas Nelson Publishers, sa pahina 19)

Mamahimo nimong ilisdan ang naka linya nga mga pulong sa laing butang nga pareho ra ang resulta: pagsugal, panigarilyo, kauwag, gahum, pagkaon, pakig-hilawas, trabaho, relasyon, ug uban pa.

Kung ang tawo mangita aron ma-abot ang kinahanglan sa bisan unsa aning mga butanga, mas makulong sila sa ilang adiksiyon. Wala mi-usa niini ang maka-hatag sa imong gikinahanglan. Si Hesus lang ang makabuhat niana.

Ang usa ka paagi na kini nga pahayag mahimo alang kanimo buhata kini: Ang pagsalig sa Dios kay magresulta sa usa ka proseso sa pagtubo nga ang Dios maoy mo hatag sa imong mga gikinahanglan.

Ang Dios ang nag-inusarang paagi aron kini mahimo. Gihimo kita niya nga adunay pagkinahanglan kaniya. Siya lamang ang perpekto ug sakto nga gikinahanglan nimo sa imong kinabuhi. Kung imong sulayan sap ag-puno sa imong kinahanglan sa ubang butang, makahimo lamang kini og dugang mga problema ug dili gayud makkahatag og katagbawan. Apan si Hesus ang mohatag og tinuod nga katagbawan sa imong kinabuhi.

2. Unsa ang pagkaayo?

Ang kapitulo 3 niini nga kurso nag hisgot niini sa mas detalyado. Ang pagkaayo kay mas labaw pa sa paghunong lamang sa maka-adik nga kinaiya. Ang pagkaayo na-apil sa imong kinabuhi ang plano ni Hesus alang nimo. Gusto ni Hesus nga usabon gyud ang atung kinabuhi—pulihan ang kamatayon sa Espiritu sa pagkinabuhing Espirituhanon. Apan gusto pod ni Hesus nga usabon ang paagi sa atung paginabuhi u musunod kaniya. Ang pagkaayo kay ang pag-tanggal sa karaang kinaiya ug pamatasan. Kinin a apil pod ang “pag-butang” sa bag-ong kinaiya ug pamatasan nga marka sa usa ka Kristohanon.

Ang pagkaayo dili usa ka panghitabo—kini usa ka proseso. Sa Mateo 16:24, nag ingon si Hesus, kung gusto nimong mahimong akong disipulo, dali, sunda ako. Dili kini usa ka dramatiko nga kasinatian—kini usa ka tawag sap ag-sunod Kaniya sa tibuok nimong kinabuhi.

Sa mga tawo nga nakalaya gikan sa ilang adiksyon pinaagi sa gahum sa Dios, kana nga tawo kinahanglan atubangon ang kamatuoran nga sili kinahanglan gihapon mag-amping sa tentasyon. Kinahanglan unahon ang Ginoo sa tanang bahin sa ilang kinabuhi.

3. Unsa ang pagbalik-balik?

Sa atung nahisgotan kaganina, dili ka makabalik kung wala pa nimo nasinati ang tinuod nga kaayohan.

Ania ang usa ka depenasyon sa pagbalik-balik nga napalambo sa duha ka tawo nga nag-trabaho sa pag-paayo sa adiksyon sa alcohol. Kini nga depenasyon ma-haom sa bisan unsang adiksyon.

“Ang pagbalik-balik dili magsugod sa unang pag-inom. Ang pagbalik-balik magsugod kung ang usa ka tawo mag-aktibo pag-usab sa mga sumbanan sa pagdumili, pag-inusara, taas nga tensiyon, ug pagkadaot sa paghukom.”

Tinubdan: *Counseling for Relapse Prevention* by Terence T. Gorski ug Merlene Miller (Herald House—Independence Press).

Ang pagbalik dili usa ka dili-tinuyo—usa kini ka proseso, sunod-sunod nga desisyon nga moabot sa katapusang lakang—ang pagbalik og gamit sa unsa man kana nga adiksyon.

Daghan sa unang mga lakang sa pagbalik-balik kasagaran dili mamatikdan sa kinabuhi s ana-ayo nan ga adik. Kon dili sila makakat-on sa pag-ila niining sayon ga mga lakang sa pagbalik, sila lagmit nga mobalik sa ilang pagkaadik.

Apana lang sa Kristohanon, adunay laing dimension nga mobalik. Ang usa mahimong magpabilin nga walay droga, apan motalikod sap ag-alagad kang Hesus. Ang ilang pagbalik dili usa ka pisikal nga pagbalik sa paggamit og droga, apan usa ka espirituhanon.

Ang makapasubo nga kamatuoran mao nga ang ubang mga adik sa droga nakakaplag ug kagawasan gikan sa ilang adiksyon uban sa tabang sa Dios, ug dayon mihukom nga gusto nilang magkinabuhi sa ilang kaugalingon na lamang. Mitalikod sila sa Dios. Busa sila walay droga, maayo ang paglihok sa katilingban, apan makapasubo sa ilang pagpaingon sa impyerno—dili kaayo maayo nga solusyon sa taas nga panahon. Si Hesus adunay pipila ka maayo kaayo nga mga pulong alang sa mga tawo nga sama niini.

Mateo 16:26 Maayong Balita Bibliya

May makuha ba ang tawo kon maangkon niya ang tibuok kalibotan apan kawad-an siya sa iyang kinabuhi? Wala gayod! Walay bisan unsa nga ikahatag ang tawo aron mabawi niya ang iyang kinabuhi.

Usa sa unang mga lakang sa pagbalik-balik mao ang pagka-aktibo pag-usab sa mga sumbanan sa paglimod nga kabahin sa karaang estilo sa kinabuhi. Kini nga pagdumili nagpalisud niini nga tawo nga makita ang ubang mga lakang nga ilang gihimo sa dalan sa pagbalik.

Mahimong mangutana ang usa, “Unsa ang kinahanglan buhaton sa usa aron mabalik?” Praktikal nga wala. Ang pagkapakyas sa pagpadayon sa adlaw-adlaw nga mga lakang sa pagkinabuhi alang kang Hesus makapahimo sa usa ka tawo nga mas lagmit nga mobalik.

D. Unsa ang buhaton kung mahitabo ang pagbalik

Kung nakita na nimo ang imong kaugalingon sa usa ka lugar nga nagbalik-balik adunay daghang mga lakang nga kinahanglan nimong buhaton dayon.

1. Hunong Dayon

Kong mas dugay ka nga magpadayon sa imong pagbalik-balik nga kinaiya, mas dako ang kadaot nga mahitabo niini sa imong kinabuhi. Ang hulagway sa pagbalik sama sa kalayo sa imong balay. Kung dali nimo mapalong ang kalayo, mas dali nimo mapahunong ang kadaot nga mahitabo niini.

Ang pagbalik-balik kanunay nga hinungdan sa kadaot. Ang limbong nga moabut uban ang pagbalik-balik mao nga ang “kausa lang” dili makadaot sa nisang unsang butang.

Usa ka batan-ong lalaki nagpa-ambit kon unsa ka lisud ang iyang pagpalig-away sa tentasyon nga mobalik, apan sa katapusan midaog siya. Sa dihang mibalik siya sa iyang kaugalingon miingon siya, “Maayo unta nga buhaton ko kini sulod sa pipila ka semana ug kuhaon kin isa akong sistema. Unya ako maghinulsol ug mobalik sa dalan uban sa Dios.”

Kana usa ka delikado kaayo nga estratehiya sa pag-atubang sa pagbalik. Sa dali nimo nga paghunong sa kini nga pamatasan, mas dali ka makabalik sa dalan padulong sa pagkaayo. Ang paghulat ug duha ka semana aron masugdan ang pagkaayo nahisama sa pagpasiga sa imong balay sulod sa duha ka semana sa dili pa motawag sa bombero.

Roma 6:16 Maayong Balita Bibliya

Nasayran ninyo nga kon matinumanon kamo nga magpaulipon ni bisan kinsa, ulipon kamo niya. Kon nagpaulipon kamo sa sala, ulipon kamo sa sala ug moresulta kini sa kamatayon. Kon magmatinumanon kamo sa Dios, moresulta kini sa inyong pagkamatarong.

Basta moapil ka nianang makaadik nga kinaiya, ulipon ka niini. Apan kon imong pillion nga mahimong “ulipon sa pagkamasinugtanon”—usa ka tinun-an ni Hesus, kini mosangpot sa pagkamatarong.

2. Pangayo og tabang

Ang pagbalik-balik usa ka timaan sa seryoso nga mga problema sa imong kinabuhi. Usa sa mga sintomas sa pagbalik mao ang pagpamenos sa kaseryoso sa sitasyon. Tingali kinahanglan ka nga mosulod sa usa ka matang sa programa sa pagbawi aron maputol ang pagkaadik.

Kung nahunong na nimo ang makaadik nga pamatasan kinahanglan nimo nga tan-awon pag-ayo kung unsa ang una nga mga timailhan sa pagbalik. Daghang mga higayon nga ang tawo nga nagbalik-balik dili makahimo sa usa ka maayo nga trabaho sa pagtimbang-timbang sa mga sayon ga timailhan sa pagbalik. Adunay mga grupo sa suporta ug magtatambag nga makatabang niini nga proseso.

Ang matag usa sa mga sintomas sa pagbalik sa imong kinabuhi kinahanglan nga mahimong usa ka timaan sa paghunong sa imong umaabot. Kung makita nimo kana nga sintomas, kinahanglan nimong isulti sa imong kaugalingon kung unsa kini—usa ka timaan nga naa ka na usab sa dalan sa pagbalik.

Sa imong pag-ila niini nga mga sintomas sa pagbalik-balik, kinahanglan nimo nga mahibal-an ang mga estratehiya sa pagkaayo nga gamiton sa kana nga bahin sa imong kinabuhi. Kung nahibal-an nimo nga aduna ka nay problema sa pagdumili—dayon ibutang ang usa ka adlaw-adlaw nga estratehita sap ag-pukos sa pagka-abre sa kamatuoran sa Dios. Pangutan-a ang usa ka tawo nga adunay tulubagon kanimo sa pagsulti kanimo bisang unsang orasa nga makita ka nila nga nahulog sa mga sumbanan sa pagdumili.

3. Usaba og desinyo ang imong strateheya sa pagkaayo

Ang pagbalik-balik usa ka pagsusi sa kamatuoran nga kinahanglan nimo ang tabang. Dili igo ang pagwagtang sa imong kaugalingon ug pag-ingon, “Dili na nako buhaton kana pag-usab! Pagsalig kanako!” Kadtong mga pulonga adunay gamay nga bili sa pagpanalipod kanimo gikan sa umaabot nga pagbalik.

Kinahanglan nimo nga tan-awon pag-ayo ang mga problema nga nagbutang kanimo sa kapakyasan. Unsa ang mga hinungdan nga nakaapekto kanimo? Sa imong pag-ila niini nga mga isyu mahimo ka magsugod sa paghimo og usa ka mas espesipiko nga estratehiya sa pagbawi, paggamit sa mga prinsipyo sa Bibliya sa matag usa niini nga mga bahin sa panginahanglan sa imong kinabuhi.

Sa mga nagbalik-balik human makahaman sa Teen Challenge, kasagaran dili magdugay aron mailhan ang usa ka lista sa sumbanan nga mga lakang sa pagkaayo nga gibiyaa—adlaw-adlaw nga pagbasa sa Bibliya ug pag-ampo, pagtambong sa simbahan, pag-apil sa usa ka suporta sa pagkaayo, adunay usa ka tawo nga adunay tulubagon nga kanunay nga makitagbo, ug uban pa.

4. Pagsugod sa pag-trabaho sa pagkaayo

Ang pag-ayo lisud nga trabaho, ug ang Dios andam sa pagtabang. Apan dili Niya ipasa ang usa ka magik wand sa ibabaw nimo ug mawala ang tanan nimong problema sa kalit. Gusto nato og dal inga pag-ayo, apan kinahanglan natong pangitaon ang tinuod nga sulosyon nga mogiya sa tinuod nga pag-tubo.

Galacia 5:24-25 Maayong Balita Bibliya

Gilansang na diha sa krus sa mga tawo nga iya na ni Cristo Jesus ang mga tawhanong kailibgon ug mga lawasnong pangandoy. Ang Espiritu maoy naghatag kanatog kinabuhi busa paharion nato siya sa atong kinabuhi.

Kinahanglan ka nga mopili—kon si Jesus mao ang Ginoo sa imong kinabuhi, kinahanglan nimong buhaton ang giingon niini nga bersikulo—ilansang sa krus—patayon ang makasasala nga kinaiya uban ang mga pangibog ug mga tinguha niini.

Gihulagway kini ni Pablo isip usa ka pakigbisog—usa ka adlaw-adlaw nga pakigbisog. Tingali kinahanglan nimo nga ilansang ang daan nga kinaiya balik sa krus matag adlaw. Tungod kay matag adlaw kini mahimong mokamang pabalik sa krus. Kinahanglan itumong nimo ang imong mga mata kang Hesus, ug moingon, “Hesus, gusto ko nga Ikaw ug Ikaw lamang ang mahimong Lider sa akong kinabuhi.” Mao kana ang dalan sa kalamposan, ang dalan sa kagawasan, ang dalan sa tinuod nga pagtubo. Kinahanglan nga magpadayon ka sa lakang sa Balaang Espiritu. Kini ang dalan sa tinuod nga pagbag-o.

5. Pagtukod og relasyon nga adunay pagkatulobagon

Kinahanglan nimo ang tabang sa uban nga naa sa usa ka lugar nga adunay personal nga kalig-on. Kinahanglan nimo ang usa ka tawo nga manubag kanimo ug mangutana sa lisud nga mga pangutana. Kini nga tawo kinahanglan nga usa ka tawo nga imong kasaligan. Ang mga sekreto makaguba kanimo sa umaabot sama sa nahitabo sa imong kagahapon. Kung dili ka mahimong matinud-anon niini nga tawo anaa ka na sa dalan aron mobalik pag-usab.

6. Padayon sa pagtubo!

Bisag Kapila ka mapakyas, padayon sa pagbangon. Padayon sa pagduol sa Dios ug pagpangayo sa Iyang tabang. Ang pagtubo mao ang dalan sa pagkahamtong ug katumanan. Ang Dios mogamit sa imong mga kapakyasan sa pagtudlo kanimo sa mga leksyon nga kinahanglan nimong makat-unan aron molambo. Andam ka ba nga tudlo-an ka Niya sa Iyang mga leksyon?

Kini nga pakig-away kay angayan aron ikaw motubo. Si Hesus miadto sa krus, nga wala magtagad sa kaulaw nga miabut sa ya tungod kay Iyang gitutokan ang premyo nga ihatag sa Dios alang Kaniya. Mabuhat nimo ang parehas—i-pukos ang imong mga mata kang Hesus ug ayaw itugot nga ang bisan unsang makapugong kanimo sa pagsinati sa tanan nga gihatag sa Dios kanimo.

Konklusyon

Busa unsa ang imong kinaiya sa kapakyasan karon? Andam ka ban ga atubangon ang imong mga kapakyasan ug magkat-on sa mga leksyon nga gusto sa Dios nga imong makat-unan? Niini nga kurso atong gitan-aw ang lain-laing mga matang sa kapakyasan ug unsaon nato kini pagtubag. Ang ubang mga kapakyasan kay sala ug nagdala og seryoso nga mga sangputanan. Kinahanglan nato ang tabang sa Dios.

Ayaw pagtinguha nga dili gayud ka mapakyas. Usa ka mabagyo nga gabi isa Dagat sa Galilea, ang mga disipulo nahadlok sa pagkakita kang Hesus nga naglakaw ibabaw sa tubig. Si Pedro mitubag pinaagi sa pagpangayo og pagtugot sa pagduol kang Hesus. Gidapit siya ni Hesus sap ag-adto, ug saw ala madugay si Pedro naglakaw sa tubig—nakasinati siya og milagro! Apan sa nagkaduol na siya kang Hesus, iyang gi-pukos ang iyang pagtagad sa unos nga tubig ug misugod siya sa pagkaunlod. Siya mituaw kang Hesus alang sa tabang.

Dali nimo makondenar si Pedro sa iyang kapakyasan dinhi. Apan si Pedro ug ang ubang 11 ka tinun-an nagpakita ug duha ka matang sa kapakyasan. Napakyas si Pedro sa paglakaw sa tubig. Napakyas siya sa pagsulay sa pagbuhat og usa ka butang. Ang ubang 11 ka tinun-an napakyas sa dili pagsulay. Wala gayud sila mobiya sa bangka.

Ang ubang mga tawo nalinga pag-ayo sa pagkapakyas nga dili na sila mosulay. Mas maayo nga mosulay ug mapakyas kaysa dili mosulay. Mas maayo nga malinga sa pagsunod kang Hesus bisan pa nga napakyas ka sa daghang mga higayon kaysa dili ka mosulay. Ang Dios adunay puno nga paglaum nga saad alang niadtong mapakyas.

Panultihon 24:16 Maayong Balita Bibliya

**Bisan kapila matumba ang tawong matarong, mobangon siya kanunay.
Apan malaglag sa katalagman ang daotan.**

Padayon sa pagbangon. Itutok ang imong mga mata kang Hesus. Pagkat-on sa mga leksyon nga gusto Niya nga imong makat-unan. Ayaw itugot nga ang kahadlok sa kapakyasan mokuha kanimo sa tanan nga gitagana sa Dios alang kanimo.