EMBRACE

FELLOWSHIP | 06

PAGMAMALASAKIT SA IBA

Layunin ng Sesyon:

Upang maunawaan ang halaga ng pagmamalasakit sa iba, at bilang resulta, simulang ibahagi ang kanilang sarili sa kanilang mga kasamahan sa grupo at sa iba pang mga tao sa kanilang paligid.

C CONNECT

Ibahagi ang mga simpleng kilos o gawain ng pag-aalala na talagang pahalagahan mo.

A AFFIRM

ANG SALITA

1. Basahin ang mga talata at tuklasin kung bakit mahalagang bahagi ng ating buhay Kristiyano ang pagmamalasakit sa iba. Isulat ang iyong sagot sa mga patlang.

a. "Ang dalisay na relihion at walang dungis sa harapan ng ating Dios at Ama ay ito, dalawin ang mga ulila at mga babaing bao sa kanilang kapighatian, at pagingatang walang dungis ang kaniyang sarili sa sanglibutan". - Santiago 1:27

Ang totoong relihiyon ay ____.
Ang ating puso ay nasusubok hindi lamang sa ating pagganap sa mga tungkuling panrelihiyon kundi higit sa lahat sa ating araw-araw na pamumuhay kung saan nakakatagpo tayo ng mga taong nakakairita at nakakainis. Mga taong may materyal na pangangailangan, uhaw sa pag-ibig, at nangangailangan ng ating pagmamalasakit.

Mayroon tayong limitadong ideya ng pagmamalasakit kapag itinuturing lang natin ito bilang pagbibigay ng limos o pagbisita sa mga maysakit. Kailangan nating palawakin ang ating pananaw at isama ang ating mga sinasabi, ang ating pananaw sa iba, at ang ating paraan ng pakikitungo sa lahat.

b. "Kung magkagayo'y sasabihin ng Hari sa nangasa kaniyang kanan, Magsiparito kayo, mga pinagpala ng aking Ama, manahin ninyo ang kahariang nakahanda sa inyo buhat nang itatag ang sanglibutan: Sapagka't ako'y nagutom, at ako'y inyong pinakain; ako'y nauhaw, at ako'y inyong pinainom; ako'y naging taga ibang bayan, at inyo akong pinatuloy; Naging hubad, at inyo akong pinaramtan; ako'y nagkasakit, at inyo akong dinalaw; ako'y nabilanggo, at inyo akong pinaroonan.'

Kung magkagayo'y sasagutin siya ng mga matuwid, na mangagsasabi, Panginoon, kailan ka namin nakitang nagutom, at pinakain ka namin? o nauuhaw, at pinainom ka? At kailan ka naming nakitang isang taga ibang bayan, at pinatuloy ka? o hubad, at pinaramtan ka? At kailan ka namin nakitang may-sakit, o nasa bilangguan, at dinalaw ka namin? At sasagot ang Hari at sasabihin sa kanila, Katotohanang sinasabi ko sa inyo, Yamang inyong ginawa sa isa dito sa aking mga kapatid, kahit sa pinakamaliit na ito, ay sa akin ninyo ginawa.'" - Mateo 25:34-40

Si Kristo ay kumukuha ____.
Ang isang hindi maihihiwalay na bahagi ng ating kaugnayan kay Kristo ay ang ating pagmamahal sa ating kapwa. Hindi natin maaaring balewalain ang ating kapwa at manatiling magkaroon ng isang malusog na kaugnayan sa Kanya. Isang may-akda ang nagsabi na tayo ay nagkakaroon ng pakikipagkaibigan kay Kristo sa pamamagitan ng ating relasyon sa ibang tao. Gayundin, sa pamamagitan ng pagiging mahigpit at malupit sa kanila ay muling ipinapako natin si Kristo sa ating mga puso.

c. "Sapagka't ang buong kautusan ay natutupad sa isang salita, sa makatuwid ay dito: Iibigin mo ang inyong kapuwa na gaya ng inyong sarili." - Galacia 5:14

Ang pag-abot sa iba ay ____.
Ang talatang ito ay nagpapahiwatig na ang iyong pagtangin sa iyong sarili ay nakikita sa iyong pagtingin sa iba. Sa sikolohiya, ang kawalan ng kakayahan ng isang tao na magmahal at magmalasakit sa iba ay sanhi ng kanyang kawalan ng tunay na pagmamahal sa kanyang sarili. Ang pagmamahal sa ating kapwa ay hindi lamang para sa kapakanan nila kundi para din sa ating ikabubuti.

"Ang utos na 'mahalin ang iyong kapwa gaya ng pagmamahal mo sa iyong sarili' ay hindi lamang isang moral na utos. Ang pagmamalasakit ay biyolohikal. Isang pakinabang ng pagmamalasakit sa iba ay hindi ka malungkot. At habang mas konektado ka sa buhay, mas malusog ka." - James Lynch

"Kapag ibinabahagi mo ang iyong sarili sa iba, nagkakaroon ng kahulugan ang buhay. Ang mga sandaling naantig mo ang buhay ng iba ay ang sandaling tunay kang nabuhay." - Anonymous

Ang pagmamahal sa kapwa ay isang utos na ibinigay para sa ating sariling kapakanan. Sa pamamagitan ng pagmamalasakit sa iba ay makakatakas tayo sa makitid at mababaw na pamumuhay na puro pagkalinga sa ating sariling interes at kaginhawaan. At lumalago ang ating pagkatao na katulad sa Kanya na nag-utos sa atin na magmahal.

2. Paano magkaroon ng mapagmalasakit na puso?

a. "Ang hindi umiibig ay hindi nakakakilala sa Dios; sapagka't ang Dios ay pagibig." - I Juan 4:8

Sa pagsisimula na ____.

Ang pagmamalasakit, tulad ng iba pang mga birtud, ay lumalago lamang kapag ito'y ginagamit. Kahit gaano tayo hindi sanay sa pagmamalasakit, marahil matagal tayong nasanay na isipin lamang ang ating sariling interes, pero maaari itong paunlarin sa pamamagitan ng pagkilos nang mayt aos-pusong pagnanais na matutunan ito. Habang paulit-ulit itong ginigawa, sa lalong madaling panahon ito'y magiging katangian at pagkatao.

Ang CARE Group isang laboratoryo kung saan ang pagmamalasakit ay intensyonal na sinasanay sa mga miyembro. Bahagi ng kanilang pangako na pangalagaan ang kapakanan ng bawat isa at suportahan ang isa't isa. At ang layunin ay makagawian ng mga miyembro ang pagmamalasakit.

b. "Sapagka't kung dahil sa pagkain ang iyong kapatid ay naghinanakit ay hindi ka na lumalakad sa pagibig. Huwag mong ipamahamak sa iyong pagkain yaong pinagkamatayan ni Cristo." - Roma 14:15

Sa pamamagitan ng pagtingin sa ________________________________.
Hindi natin makikita ang halaga ng bawat tao maliban sa makita natin ito sa liwanag ng isinakripisyo ni Kristo para sa kanila. At kapag natutunan nating makita ang bawat tao sa liwanag ng krus, ang bawat tao ay magiging isang sagradong pangangalaga na dapat nating ingatan at alagaan, sa ngalan ni Kristo.

c. "Datapuwa't ang bunga ng Espiritu ay pag-ibig..." - Galacia 5:2

Sa pamamagitan ng pagsuko __________________________________.
Ang kakayahang magmahal nang taimtim ay hindi likas sa tao. Kadalasan ang nakikita nating pagmamalasakit ay mga manipulasyon lamang na ginagawa ng iba para makuha ang gusto nila. Ito ay hindi talagang pagmamalasakit at imoral pa. Ang tunay na pagmamalasakit ay ang pag-abot at paggawa para sa ikabubuti ng iba nang walang

iniisip na anumang kapalit.

ANG BUHAY

Magkwento tungkol sa isang taong pinaka-nagmamalasakit sa iyo at kung paano nagkaroon ng epekto sa iyong buhay ang pagmamahal ng taong iyon.

R RESPOND

Magtukoy ng isang tao na kailangan mong alagaan nang higit pa. Ano ang maaari mong gawin upang ipakita ang iyong pagmamalasakit? Sumulat ng aksyon para sa linggong ito.

Pangalan ng taong aalagaan: ______________________________

Mga planong aksyon: ______________________________

____

E EXALT

SA PAMAMAGITAN NG AWIT

I Would Be True

I would be true, for there are those who trust me;
I would be pure, for there are those who care;
I would be strong, for there are those to suffer;
I would be brave, for there is much to dare;
I would be brave, for there is much to dare.

I would be friend of all the foe, the friendless;
I would be giving, and forget the gift;
I would be humble, for I know my weakness;
I would look up, and laugh, and love, and lift;
I would look up, and laugh, and love and lift.

SA PAMAMAGITAN NG PANALANGIN

Isang paraan ng pag-mamalasakit sa iba ay ang ipanalangin sila. Ipagdasal ang iyong mga kasama sa grupo at ang iba pang mga tao sa iyong buhay na nais mong abutin. Ipagdasal din na bigyan ka ng Diyos ng mapagmalasakit na puso upang maipahayag mo rin ang Kanyang pagmamahal sa iba.